의사들은 왜 인류를 속이는가

세균은 박멸해야 할 적이 아니라 우리의 이웃이고

인류의 건강은 약이 아니라 음식이 지켜주고

비타민은 우리 몸을 철저하게 무너뜨리며

임플란트는 심장병과 암으로 이어지고

담배는 암의 주된 원인이 아니고

알코올은 오히려 건강에 좋다.

그런데 의사들은 왜 거짓을 말하는가

현대의학의 실체를 파헤치는 3번째 역작!

허현회 지음

들 어 가 며

모든 희망이 조금씩 사라지면서, 사실을 직시해야함을 알면서도 아이의 어머니는 지푸라기 같은 희망이라도 부여잡고 매달렸다. 지금 그녀가 겪고 있는 고통은 너무도 어이없는 일이었기 때문에 그냥 꿈을 꾸고 있는 것이라고 생각했다. 마침내 너무도 길었던 12일간의 암흑이 끝났다. 2001년 8월 11일 저녁 8시, 고통에 몸부림치던 아이는 모든 폐와 신장과 장이 파괴된 채 두 살의 나이로 탐욕에 일그러진 이 땅의 어른들을 떠올리며 눈을 감았다.

내 아들 뻘 되는 그 아이에게 어른으로서 미안하구나! 탐욕이 없는 파란 세상에서 행복하게 지내거라!

악몽은 7월 31일에 시작됐다. 자신이 태어나 자란 동네의 여름 열기도, 천진스러우면서 활달한 아이에게는 아무런 문제가 되지 않았다. 낮에는 맘껏 뛰어 놀고 밤이면 시원한 그늘 밑에서 땀을 식혔다. 이제 막 피부도 햇빛에 그을려 조금씩 아빠를 닮아가고 있었다. 그날도 여느 때와 마찬가지로 아이는 냇가에서 물장구를 치고 돌아와 아빠가 숫불에 구워준 쇠고기 몇 조각을 양념에 찍어 맛있게 먹고 잠자리에 들었다. 까만 하늘에 곱게 박혀 빛나는 별빛만큼이나 맑은 벌레소리는 아이를 평안하게 동화의 나라로 이끌었다. 그러나... 다음날 아이는 열과 복통으로 잠에서 깨어났다. 아이가 전해줄 수 있는 말은 고통에 젖은 울음뿐이었다. 그리고 하루 종일 설사를 했다. 시간이 흐를수록 아이는 상황이 악화됐다. 3일째부터 아이의 변에서 피가 보이기 시작했다.

병원으로 달려가 진찰을 받은 결과 유행성 독감이라고 했다. 독감은 자라는 과정에 흔하게 일어날 수 있는 가벼운 질병으로 오히려 면역력을 강화시켜주는 좋은 계기가 될 수도 있다. 가족들은 안심하고 돌아와 시간에 맞춰 약을 챙겨줬다. 낮에는 조금 안정을 찾는 듯했던 아이는 밤이 되자 다시 설사와 복통, 두통에 고통스러워하며 밤새 잠을 이루지 못했다. 아이의 설사를 살펴본 어머니는 변이 모두 검붉은 핏물이라는 사실을 알고 뭔가 잘못되고 있음을 깨달았다.

다음날 대학병원으로 달려간 어머니는 주치의로부터 아들의 피 속에서 대장균 O157:H7이 대량 발견됐다는 말을 들었다. 순간 어머니는 끔직한 일이 일어나고 있음을 직감했다. 이 문자와 숫자와 부호 뒤에 가려진 어떤 지옥을 본 것이다. 무언가 어둠이나 고통이 담겨있어 진실을 숨기고자 할 때 암호를 쓰곤 하기 때문이다. 주치의는 창문 밖 허공을 응시하며 일상적인 어투로 가볍게 치료되는 경우도 있다고 했지만 이미 눈빛에는 현대의학으로 달리 조치가 없음을 말해주고 있었다.

시간이 흐르면서 아이의 신장은 급격히 파괴되어 갔다. 급성신부전증은 치명적이다. 내장도 파괴됐다. 용혈성요독증이 나타났다. 신속히 투석이 실시됐지만 투석하는 동안 고통스러워하는 아이를 차마 눈으로 볼 수 없었던 어머니는 그냥 눈 감고 기도밖에 할 수 있는 것이 없었다. 무작정 몸부림치면서 신에게 매달렸다. 그러나 기도도 자본주의의 탐욕이라는 거대한 악마 앞에서는 아무런 효험이 없나보다. 5일째가 되는 날에 아이의 심장도 파괴되기 시작했다. 마침내 폐마저 파괴돼 물이 고였고, 다시 새로운 호스가 기계에 연결돼 물을 뽑아냈다. 뼈만 남은 채 거대한 기계에 십여 개의 호스로 연결되어 인공호흡기와 인공투석기로 생명을 이어가는 아이의 어깨엔 이미 죽음의 그림자가 드리우고 있었다.

11일 째 되던 날, 마침내 아이는 모든 걸 내려놓고 다른 곳으로 떠났다. 아마도 탐욕이

없는 파란 세상으로 갔을 게다. 후에 어머니는 기자와의 인터뷰에서 이렇게 울먹였다. “아들이 누워 있는 모습은 차마 눈으로 볼 수가 없었어요. 고통에 몸부림하던 아들은 침대에 묶여 있었고, 온몸을 휘감은 호스와 악취는 잊을 수가 없어요. 나는 단지 묶인 개구리인양 아들의 죽어가는 모습을 바라보아야만 했어요. 아마 삶 전체에서 그 같은 고통은 없을 겁니다.”[1)]

지금도 자연의 조화를 무시하며 탐욕에 일그러진 어른들 때문에 그 아이와 같이 끔직한 고통을 겪다가 모든 걸 내려놓는 희생자들은 지구 곳곳에 무수히 많다. 사실 O157:H7 박테리아는 돼지나 소, 애완동물, 물고기의 장 속에 머물며 물과 야채를 통해 인체에 들어와 수십억 년을 인간과 함께 진화해온 ‘좋은 박테리아’다. 그러나 60년 전부터 일그러진 자본주의는 자연의 조화를 거부하고 유전자조작, 항생제, 살균제 등 각동 합성화학물질로 자연을 분노케 했고, 결국 인류의 이웃이던 박테리아는 변형되어 독성이 강한 인류의 적으로 돌변했다.

이콜리 박테리아라고도 하는 이 변종 균은 1982년에 처음 발견됐다. 대부분의 이콜리 박테리아는 주로 닭고기에 서식하는 캄필로박터균, 계란이나 생선에 주로 서식하는 살모넬라균이나 리스테리아균과 마찬가지로 소화와 비타민 합성을 도와주고 독성 박테리아로부터 우리 몸을 보호해주며 면역체계를 강화시켜주는 ‘좋은 박테리아’였다. 그러나 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들이 마구 처방하는 합성 항생제와 화학회사에서 대량 생산하는 살균제인 트리클로산으로 융단폭격을 했다. 그로인해 이웃이던 이들 박테리아는 변이를 일으켜 장 내벽을 공격하는 베로톡신과 시가톡신이라는 강력한 독소를 분비해 영구적인 불구를 겪게 하거나 사망으로 이어지는 치명적인 용혈성요독증을 일으킨다. 미국에서는 신부전증으로 인해 투석을 하는 어린이 환자의 대부분은 이콜리 박테리아에 의한 용혈성요독증이 원인이다. 현대의학이라는 신흥종교가 급속도로 퍼지고 있는 우리나라에서도 용혈성요독증을 일으키는 어린이 환자가 급증하고 있다.

우리는 지금 규제완화라는 유령이 하늘을 덮어 태양을 보지 못하는 세계에서 살고 있다. 전문가라는 탐욕에 젖은 무리들은 우리의 이성을 짓누르는 이데올로기를 계속해서 만들어내고, 그 댓가로 지하 창고에 쌓이는 황금탑을 보며 기쁨에 겨워하고 있다. 주류의사들, 주류경제학자들, 주류화학자들, 주류정치인들... 그들은 계속해서 인류의 평화와 생명, 자연의 질서를 무너뜨리는 거짓 연구들을 발표한다. 그리고 같은 주류학자들이 그 거짓 연구들을 계속 인용하면서 세계화의 교리로 만들어가고 있다. 그런데 이 같은 거짓이 너무도 쉽게 대중의 의식 속에 스며들어 통념이 될 수 있는 것은 부를 최고의 가치로 평가하는 ‘일그러진 자본주의’ 때문이다.

사실 우리가 진실이라고 믿고 있는 것의 대부분은 진실이 아니다. 부를 확보해 자신들만이 평안한 삶을 누리겠다는 주류학자들이 만들어낸 거짓 이데올로기다. 주류의사들은 너무도 긴 세월 동안 합성화학물질에 암페타민(히로뽕)을 섞어 이를 의약품이라고 팔아왔고, 경제학자들은 돈을 사고파는 숫자상의 거짓으로 대중의 땀을 앗아갔다. 화학자들은 그들과 우리의 아들, 딸들이 함께 살아갈 이 자연을 악마에게 팔아넘기고 있다. 이 모든 파우스트의 계약들을 주류정치인들은 거대한 댐이 되어 뒤에서 지켜주고 있다.

필자가 전에 출판한 첫 번째 책인 '그들은 어떻게 권력이 되었는가'에서는 '담배가 모든 질병의 원인'이라는 주류의사들의 거짓 교리가 만들어지는 과정, 그리고 약의 부작용과 영양부족으로 면역력이 약해진 사람들에게서 나타나는 파괴된 림프구를 가지고 에이즈를 전염시키는 HIV 바이러스로 속여 인류를 공포에 떨게 했던 과정, 거대 지하집단이 석유와 비료, 살충제로 지구를 덮으며 식량을 장악해 가는 과정, 그리고 이 같은 일련의 과정에서 주류의사들을 앞세운 제약회사, 식량회사, 화학회사들이 어떻게 인류를 기만하는지를 파헤쳤다. 그리고 현재 전 세계의 언론사, 교육기관, 제약회사, 화학회사, 무기회사, 식량회사들을 장악하고 지하에서 인류를 조종하고 있는 초거대 '비과세 지주회사'인 록펠러재단의 실체를 추적했다.

그리고 두 번째 책인 '병원에 가지 말아야 할 81가지 이유'에서는 암, 비만, 고혈압, 당뇨병, 골다공증, 백신, 호르몬대체요법, 장기이식수술, 조기검진 등의 허구와 '의약품의 혜택으로 인류의 수명이 연장되고 있다.'는 도그마의 허구, 그리고 주류의사들이 어떻게 환자를 기만하며 지하 창고에 황금탑을 쌓아 가는지를 파헤친다. 그리고 인간광우병이 어떻게 지구에 나타나며, 어떻게 전파되는지, 그리고 주류의사들이 인간광우병을 어떻게 은폐시키는지를 다룬다.

인류는 지금 현대의학이라는 신흥종교에 빠진 주류의사들에 의해 점점 건강과 재산을 잃어가고 있다. 의사들이 인류를 위해 할 수 있는 일은 교통사고, 뇌졸중, 심장마비 등의 응급상황에서 임시로 생명을 구해내는 일뿐이며, 전체 치료의 95퍼센트를 차지하는 각종 만성질병에 대해서는 속수무책이다. 때문에 의사들의 도움으로 응급상화에서 벗어나면 되도록 빨리 전통의학으로 돌아가고, 만성질병에 대해서는 처음부터 마지막까지 전통의학에 의존하는 것이 자신의 참된 건강을 지키는 현명한 판단이다.

이제 3번째 책인 '의사들은 왜 인류를 속이는가'에서는 면역력과 음식을 이용한 자연적인 치료가 진정한 치료이며, 박테리아 공포증을 일으키며 온갖 항생제와 항균제의 융단폭격으로 박테리아와 바이러스가 변형을 일으켜 인류를 삼키려는 위험을 경고한다. 또한 현재 우리나라에서 광풍이 일고 있는 '비타민 보충제'의 허구와 주류의사들이 발표하는 연구들의 대부분이 거짓이라는 사실을 파헤친다. 그리고 '술과 담배가 모든 질병을 야기한다.'는 미국식 청교도 이데올로기의 실체를 파헤치며 합성화학물질이 포함되지 않은 천연의 발효알코올과 천연의 담배는 우리의 건강을 지켜주는 천연의 영양소이고 약이라는 사실도 밝혀낸다. 마찬가지로 사랑하는 연인과 나누는 아름다운 섹스는 건강에 좋은 영향을 미치기 때문에 기회가 있을 때마다 섹스를 즐기라고 주장하며 이전의 '잦은 섹스가 전립선암과 자궁암의 원인'이라는 허구도 배격한다.

과학과 산업은 식량문제를 해결하기 위해 생태계에 석유를 들이 부었다. 논과 밭을 경지정리하고 그곳에 비료, 살충제, 제초제 등을 쏟아 부으며, 식량이 두 배 이상 증가했다고 하며 이는 오로지 화학의 힘이라고 자랑한다. 그러면서 부족해진 영양소와 조화를 잃은 음식으로 인해 수많은 사람들이 건강을 잃어가자 과학과 산업은 식품을 화학으로 변경했고, 이렇게 풍족해진 칼로리는 전적으로 과학의 힘이라고 소리 높여 외쳐댄다. 그래도 무수히 많은 사람들이 만성질병으로 고통을 겪자 그들은 다시 화학보충제를 내놓으며 이로써 질병은 지구에서 사라졌다고 박수를 쳤다. 그러나...

이제 인류는 자멸의 위기에 놓여 있다. 영국 의학자인 폴라 베일리헤밀턴의 말대로 "식인종이 우리 인간을 보면 인육은 식용으로 부적합하다고 판정할 것이다."라는 말이 적절한

표현일 정도로 인체는 합성화학물질로 범벅이 되고 있다. 다시 말해 인류는 살아 있는 독성 쓰레기통이 되어 가고 있기 때문에 죽어서도 제대로 사체가 썩지 않는다. 탐욕에 젖은 주류 학자들 때문에 우리는 죽어서도 자연으로 돌아가지 못할 위기 앞에 놓여 있다.

그런데 중요한 사실은 이러한 위기의 근원에는 일그러진 자본주의 논리에 젖어 인류를 속이며 마약 장사를 하는, 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들이 있다는 것이다. 그들은 철저히 사실을 숨기려 한다. 자신들의 거짓이 세상에 드러날 때마다 그들은 늘 앵무새처럼 '음모론'을 들고 나온다. 이제 속지 말자. 진실을 알면 세계와 삶으로부터 자유로워 질 것이다. 부디 이 책이 자유로운 인식과 행동에 바탕을 두고 지구와 우리의 후손을 지키기 위한 작은 발걸음을 내딛는 바탕이 되길 간절히 소망한다.

아무튼 이 책을 읽는 독자들은 주류의학의 세계에서 철저히 감추려는 사실들을 인식하고 세계의 흐름으로부터 벗어나 삶을 여유롭게 엮어가게 될 것을 확신한다. 악마에게 영혼을 판 주류의사들이 만들어내는 거짓 이데올로기는 결국 인류를 고통과 불행으로 몰고 갈 수밖에 없다. 이런 이데올로기로부터 숨겨진 사실을 알게 되면 조상으로부터 물려받은 건강한 몸과 지구를 다시 자손에게 온전하게 물려주고, 따라서 우리도 건강한 인생을 즐길 수 있게 될 것이다.

목 차

8. 기타.
7장. 규제완화라는 유령.

마무리하며 - 현대의학을 의심하라.
1. 알몸이 드러나다. / 2. 이제는 의사에게 속지 말자. / 3. 보고 싶은 것만 보다.

참고문헌
찾아보기

간단한 의술의 역사

기원전 2000년 - 자, 이 약초를 먹어.
기원후 1400년 - 약초로 치료하는 것은 신을 모독하는 짓이야. 기도를 해.
1850년 - 기도는 미신이야. 이 물약을 먹어.
1900년 - 저 물약은 가짜야. 이 알약을 먹어.(합성화학약품의 시작)
1945년 - 저 알약은 효과가 없어. 이 항생제를 먹어.
1955년 - 저런! 세균에 내성이 생겼네. 강력한 이 테트라사이클린을 먹어.
2007년 - 저런! 또 내성이 생겼네.(42번 더 외침) 이게 더 강력한 항생제야.
20??년 - 세균이 이겼다! 이 약초를 먹어.[2] 약초와 면역력은 박테리아에게 내성을 일으키지 않는다는 사실을 이제야 알았어.

제1부. 면역력에 의한 치료가 근본 치료다.

1장. 박테리아가 인류를 지켜준다.

1. 이웃인 박테리아.
우리는 입, 코, 창자, 질, 피부 등에는 1만 종, 거의 2킬로그램에 해당하는 박테리아나 바이러스를 지니고 일생을 살아간다. 개수로 환산하면 100조개나 되는데 우리 몸 세포의 10배, 몸무게의 2퍼센트, 무게로 2킬로그램에 해당하며 그 중 대부분은 장내에 서식하고 나머지는 피부, 머리카락 등에 서식한다. 손바닥에만 2억 개의 박테리아와 바이러스가 서식한다. 각 개인의 면역체계가 다르고 따라서 질병의 발생이 다른 까닭은 각자의 체내에 존재하는 박테리아가 다르기 때문이다. 특히 중요한 사실은 이렇게 많은 박테리아는 우리의 면역체계에 반드시 필요하다는 것이다. 따라서 박테리아는 박멸해야 할 적이 아니라 함께 공존해야 할 '우리의 이웃'이다.[3]

일반적으로 장에 있는 박테리아는 장의 점막에 자리하고 있어 외부로부터 들어오는 악성균이 세포 안으로 침입하지 못하게 보호해준다. 이러한 박테리아는 기생충과 함께 우리가 체내에서 소화시키지 못하는 섬유소를 분해해 각종 효소와 항산화제를 만들어낸다. 그리고 면역체계의 신호물질인 인터페론과 사이토카인의 생성을 촉진시켜 우리 건강에 가장 중요한 면역체계를 형성해주고, 우리가 합성해내지 못하는 비타민K를 생산해준다. 비타민K는 혈소판에 영향을 주어 혈액을 응고시키는 기능을 한다.

인간의 건강과 고통은 장에 달려 있다고 할 수 있다. 그런데 장은 입과 코를 통해 외부에 연결되어 있어서 언제든지 외부로부터 침입당할 수 있다. 따라서 자연은 맹장이나 림프절 등 우리의 면역체계 대부분을 소화기관 주위에 자리 잡도록 했다. 그리고 박테리아나 위험한 유기물질이 온 몸으로 퍼지는 것을 막기 위해 수십 억 개의 면역세포가 소장에서 대기하도록 조치를 했다. 이곳에서 좋은 박테리아는 인간이 소화시키지 못하는 섬유소로부터 영양분을 공급받으며 항산화제를 분비해 암, 심장병, 고혈압 등 각종 질병을 예방해준다. 이것이 자연의 질서인 '공존의 원리'다. 기생충과의 관계에서도 면역체계를 강화시켜 주는 공존의 원리가 작용한다. 이 같은 박테리아나 기생충에게 영양이 되는 섬유소는 야채나 과일에 풍부하게 들어 있기 때문에 섬유소를 보강했다는 가공식품이나 가공음료로 보충시킬 필요는 전혀 없다.

사실 O157:H7 박테리아나 살모넬라균 또는 리스테리아균, 헬리코박터균 등도 우리의 장에서 아무런 해를 주지 않는 박테리아지만 항생제, 살균제 등의 합성화학물질에 의해 자연의 질서가 깨지면서 치명적인 독성을 분비하는 악성 균으로 변이된 것이다. 이런 박테리아는 열 마리만 우리 몸에 들어와도 치명적인 감염을 일으켜 간과 신장, 심장, 신경조직을 파괴하여 대부분 사망하거나, 살아난다 해도 거의 불구의 몸이 된다. 일반적으로 다른 박테리아는 100만 마리가 들어와야 질병을 일으킨다. 그러나 영양이 골고루 유지돼 면역체계가 건강한 사람에게는 질병을 일으키지 않는다. 생명체를 만드는 여성의 질이나 남성의 성기가 인체에서 가장 지저분한 곳(세균이 가장 많은 곳)인 배변기관에 배치되어 있는 까닭도 출생부터 박테리아와 기생충을 통해 면역력을 키우기 위한 진화과정의 산물이다.

이들 악성 박테리아는 처음에는 햄버거, 소시지 등 주로 쇠고기, 돼지고기 제품에서 발견되었지만 지금은 시금치 등 야채에서도 발견된다. 처음에는 항생제에 대한 내성을 보이던 이 변형 O157:H7이 이제는 살균제, 방부제를 거쳐 살충제에도 내성을 나타내기 시작했다. 이 끔직한 현상이 2006년 미국의 26개 주에서 이 박테리아에 감염된 캘리포니아 시금치가 원인이 되어 2명의 성인과 1명의 어린이가 용혈성요독증으로 사망하고 31명에게 신부전증을 일으키고 200여명이 치료를 받은 사건이다. 2012년 8월에는 일본에서도 O157:H7에 감염된 배추를 먹고 6명이 사망하고 100명이 치료를 받는 사건이 발생하기도 했다. 심지어 O157:H7 박테리아는 생수(먹는 샘물)에서도 발견된다. 1999년 3월 미국 연방정부가 103개 브랜드의 생수를 상대로 조사한 결과 3분의 1에서 발암물질인 비소와 함께 O157:H7 박테리아가 검출됐다. 미국과 캐나다, 일본, 우리나라 등에서 어린이에게 발생하는 신부전증으로 인한 투석의 대부분은 용혈성요독증이 원인이며, 용혈성요독증의 85퍼센트는 O157:H7균 때문이다. 또한 미국에서 발병하는 용혈성요독증은 연간 7,500건으로 네덜란드의 연간 25건에 비해 300배에 달한다.[4] 미국이 네덜란드보다 발병율이 높은 이유는 미국이 항생제와 살충제 등 합성화학물질의 남용 정도가 극히 심하기 때문이다. 특히 미국은 '약 등 합성화학물질에 중독된 나라'로 유명하다.

우리 몸속에서 우리와 함께 공존하는 박테리아를 총칭해서 '마이크로바이옴'이라고 한다.

록펠러대학교 총장이며 1958년 노벨의학상을 수상한 조수아 리더버그는 “마이크로바이옴을 이해하는 것은 우리가 다른 생명체와 협동하며 공존한다는 사실과 미생물이 결코 우리를 해칠 생각이 없다는 사실을 알게 된다는 것을 의미한다. 세균은 진화상 인간보다 1,000만 배 더 빠르게 증식하고 변화한다.”고 한다. 젖산균이나 비피더스균, 유산균, 헬리코박터균 등에 의해 형성된 면역세포는 맹장(충양돌기)을 거쳐 인체에서 일어나는 여러 가지 질환을 사전에 감지하고 막아주는 기능을 한다. 맹장은 외부에서 나쁜 박테리아가 들어오거나 또는 내부에서 좋은 박테리아가 독성으로 변환했을 때, 또는 합성화학물질 등 자연에 존재하지 않는 물질이 들어왔을 때 좋은 박테리아가 피신하는 장소다. 이후 면역체계가 회복되면 맹장으로 피신해 있던 좋은 박테리아는 다시 장으로 돌아와 제 역할을 수행한다. 이 같이 생명이 유지되기 위해서는 세균이 필요하다. 무균상태에서 태어난 동물은 장이 제대로 발달하지 못한다. 장의 내벽은 비정상적으로 얇고, 곳곳에 상처가 자주 나며, 어떤 곳은 심하게 부풀어 오른다. 게다가 음식 속에 들어 있는 자연의 독소를 제대로 중화시키지 못한다. 음식 알레르기가 일어나는 까닭이 이 때문이다. 그렇기 때문에 무균상태에서 태어난 동물은 자연상태에서 태어난 동물에 비해 맹장이 몇 배나 큰 데, 그 까닭은 면역력이 없어 외부에서 들어오는 이물질에 대항하기 위해 더 큰 맹장이 필요하기 때문이다. 따라서 박테리아는 심장만큼이나 생명에 필수적이다.[5]

그럼에도 불구하고 주류의사들은 맹장이 이미 기능을 잃어 퇴화한 기관이라며 충수염 환자를 치료할 때 또는 충수염을 예방하려는 차원에서 이를 제거한다. 그러나 몸에 있는 기관은 어느 하나도 필요하지 않은 기관은 없다. 결코 제거해야할 기관은 하나도 없다는 말이다. 필자도 20대 초, 충수염을 앓았을 때 주류의사에게 속아 맹장절제술을 당했다. 여기서 잠깐! 무지한 현대의학의 광기를 살펴보자.

1920년부터 1950년 사이에 미국에서는 어린이가 감기에 걸리면, 또는 미리 예방차원에서 편도선절제술이 무분별하게 행해졌다. 편도선은 감기를 유발할 뿐 퇴행기관이라고 판단했기 때문이다. 편도선절제술은 마치 유행처럼 번져 당시 어린이의 95퍼센트가 본인의 의사와는 달리 강제로 편도선을 절제 당했다. 편도선은 림프구가 모여 있는 곳으로 외부에서 침입하는 박테리아나 바이러스를 파괴하는 등 면역체계의 중요한 기능을 담당하는 조직인데 이를 감기를 일으키는 기관으로 알고 무분별하게 절제했으니 현대의학이 얼마나 무지했던가? 이 같은 인식을 가진 주류의사들은 뇌졸중의 원인이 뇌로 이어지는 혈관이 막힌 것이라는 사실을 알게 되자 치료법을 쉽게 찾았다. 뇌로 이어지는 혈관을 미리 잘라내면 뇌졸중을 예방할 수 있다는 판단이었다. 그리고 이런 치료법은 주류의사들에게 박수를 받았고, 너무도 쉽게 전 세계로 퍼져갔다. 그러나 뇌에 산소를 전달하는 혈관을 끊어내면 어떤 결과가 나올 것인지에 대한 부작용은 애초부터 누구나 짐작할 수 있는 것이었다. 오히려 뇌졸중이 급증했던 것이다. 그런데 문제는 이러한 뇌졸중 예방수술과 편도선절제수술이 아직도 주류의사들이 거리낌 없이 시행하고 있다는 사실이다.

이런 역사를 돌이켜 볼 때 현대의학은 너무도 터무니없다. 더 충격적인 사실은 이 같은 인식은 아직도 거의 변하지 않고 현대의학을 관통하고 있다는 것이다. 미국에서는 매년 240만 건의 필요 없는 수술이 행해지며, 그 중 25만 명이 수술 도중 또는 수술 후 부작용으로 사망하고 있으며, 그 중 1만 2,000명은 필요 없는 수술을 받다가 사망한다. 1975년 미국의 맹장수술 기록을 보면 그 해에 78만 4,000건의 수술을 했고, 그 중 3,000명이 수술 도중 사망한다고 한다. 그런데 충격적인 사실은 그 중 35퍼센트는 건강한 맹장, 즉 필요하

지 않은 수술로 예방 차원에서 행해진다. 그리고 여성에게 자궁암과 유방암을 예방한다는 미명 아래 연간 150만 명 이상의 여성들이 미리 자궁절제술과 유방절제술을 받고 있다.[6)]

우리나라에서도 맹장절제술뿐만 아니라 자궁절제술, 유방절제술이 흔하게 시술되고 있다. 심지어 자궁에 근종이 생긴 경우에도 근종제거가 아니라 자궁절제술①을 하는 경우도 많다. 근종(물혹)제거는 간단한 수술이지만 자궁절제술은 비용도 많이 들고, 위험성과 커다란 후유증이 예상되는 수술로 전혀 필요하지 않은 수술이다. 여성성의 상실에서 오는 우울증, 생명 기관 제거와 약의 부작용에서 오는 심장질환과 뇌졸중, 당뇨병 그리고 에스트로겐 불균형에 따른 자궁암, 유방암 등이 이어질 가능성이 높다. 사실 자궁근종은 양성종양으로, 관찰하다 보면 99퍼센트 이상은 저절로 치유되고 암으로 진행되는 경우는 1퍼센트에도 미치지 못한다. 더구나 암이 생기는 까닭은 면역체계가 무너졌기 때문이지 자궁근종이 암으로 진행하는 것은 아니다.

무지와 탐욕에 젖은 주류의사들이 시행하는 의료적 폭행은 이것만이 아니다. 성인 여성들이 흔히 겪을 수 있는 월경전증후군 환자에 대해서도 히스터렉토미라는 자궁절제술을 시행하기도 하고 향정신성의약품인 우울증치료제를 처방하기도 한다. 자궁이 없으면 월경을 하지 않을 테고, 월경을 하지 않으면 정신적, 육체적 통증이 생기지 않을 것이라는 너무도 무지한 판단에서 나오는 행위다. 월경전증후군은 생리 중에 여성호르몬의 불균형으로 세로토닌 분비에 이상이 생겨 초조, 불안, 우울해지는 증상이다. 이럴 때 비타민, 칼슘, 마그네슘, 망간 등 미네랄이 풍부한 채소와 과일을 충분히 섭취하면서 적절한 운동을 유지하면 쉽게 치료될 수 있는 증상이다. 사실 월경전증후군은 영양상태가 양호하지 못할 때 인체에 보내는 경고신호일 뿐이지 결코 질병이 아니다.

2. 이웃이 분노한다.

현대의학은 감기나 상처, 기생충 감염 등 작은 질병에 대해서도 항생제와 구충제를 무차별 투여하여 장내의 세균과 기생충들을 가리지 않고 모두 죽이기 때문에 오히려 면역력을 약화시키게 된다. 이러한 의미에서 항생제와 구충제는 강력한 독성 약품이다. 체내에서 생명체를 죽이는 살충성분인 트리클로산 등의 합성화학물질이 인체에 아무런 부작용을 일으키지 않을 거라는 주류의사들의 확신은 단지 희망사항일 뿐이다. 항생제나 말라리아(학질) 치료제인 아테미시닌, 구충제인 프라지콴텔 등은 단지 박테리아나 말라리아, 기생충만을 죽이는 것이 아니라 면역력을 약화시키고, 또한 항생제 등으로 사라졌던 박테리아나 말라리아, 기생충은 다른 옷을 갈아입고 언제든지 우리 안으로 다시 침입해온다.

이때 우리는 면역력이 약해졌기 때문에 살충제 성분인 항생제 등으로 공격하지만 다시 돌아온 박테리아 등은 이미 다른 옷으로 갈아입어 아무런 작용을 하지 못한다. 이번에는 더 강한 살충제를 우리 몸 안에 투여해야 한다. 점점 강한 살충제가 체내에 들어오면 우리 몸은 어떻게 되겠는가? 각 기관을 약화시키고 다른 질병을 불러올 것은 당연한 이치다. 게다가 감기 등을 일으키는 바이러스는 항생제로 퇴치하지 못하기 때문에 아무런 효과가 없고, 오히려 몸속에 있는 유용한 박테리아만 전멸시킨다. 반면 후두염과 중이염, 기관지염을 일

① 미국에서는 한 해에 평균 50만 명이 자궁근종을 이유로 자궁절제술을 받고 있고, 우리나라에서는 24만 명(2009년도 기준)이 자궁근종 수술을 받고 있으며, 대부분의 주류의사들은 40대 이상의 여성에게는 자궁절제술을 권유하고 있다. 이런 결과로 자궁절제술을 받는 여성은 인구 100,000명 당 430.7건으로 OECD 소속 34개 나라의 평균 수술률 115.6건 보다 3.7배나 높게 나타났고, 유방절제수술은 102.6건으로 OECD 평균인 58.6건 보다 거의 2배나 높은 것으로 나타났다. 보건복지부는 보도자료를 통해 자궁근종은 식이요법으로 예방할 수 없기 때문에 안전하고 후유증이 없는 유방 및 자궁절제수술을 권장하고 있다.

으키는 해로운 박테리아에 대해서는 항생제가 역시 아무런 작용을 하지 못하면서 내성만 키워준다. 사실 우리 몸에 침투하는 대부분의 박테리아나 바이러스는 면역력에 의해 자연적으로 퇴치되는 것이 보통이다.[7] 우리나라에서는 옛날부터 항생제로는 꿀벌이 벌집을 짓는 데 사용하는 천연의 프로폴리스를, 말라리아 치료제로는 개똥쑥을 달여 마셔 왔다. 특히 개똥쑥은 암과 당뇨병치료에도 좋은 기능을 한다는 사실이 확인됐다. 그리고 몸에 해로운 기생충은 담배 등 약초로 쉽게 몰아냈다.

우리나라 건강보험공단의 2008년 12월 조사에 의하며 감기를 포함한 급성 기도감염에 대해 의사들의 57.3퍼센트가 항생제를 처방하는 것으로 조사됐다. 그 결과 공단 측은 의사들에게 항생제 처방을 자제해줄 것을 권고하기도 했다. 불필요한 항생제처방은 전체 처방의 30퍼센트를 넘는다. 이에 대해 주류의사들은 자신들의 무지와 탐욕을 불태우기 위한 잘못된 처방임을 숨기려고 항생제남용의 원인을 환자에게 돌리려고 한다. “환자들이 원하기 때문에 어쩔 수없이 항생제를 처방할 수밖에 없다.”며... 만일 환자들이 항생제의 위험을 모르고 항생제를 요구한다 해도 의사는 양심적으로 항생제의 위험성을 일깨워줘야 하는 것 아닌가? 실제로 우리나라는 OECD 국가 중 항생제 남용 정도가 41.4DDD로 수년 간 1위를 차지하고 있다.[8]

그것도 모자라 온 몸과 집안, 학교, 사무실, 병원 등 인간이 접할 수 있는 모든 곳을 ‘트리클로산②’이라는 합성화학물질로 살균한다. 특히 살균제와 항생제를 가장 많이 사용하는 병원은 박테리아가 내성을 일으키고 서식하기에 가장 좋은 장소다. 수많은 사람이 병원에서 치료 도중 병원성감염인 패혈증을 일으켜 생명을 잃는 경우가 이 때문이다. 우리가 흔히 쓰는 물비누, 가루비누, 샴푸, 소독제, 냄새제거제 등 모든 세제와 치약, 의류, 가구, 매트리스, 화장품 등에는 트리클로산이 함유되어 있어 유용한 세균을 박멸한다. 트리클로산에는 포름알데히드라고 하는 1급 발암물질이 들어 있다. 여기저기를 트리클로산으로 살균하는 것은 0.1퍼센트의 해로운 미생물을 제거하기 위해 99.9퍼센트의 유용한 미생물을 함께 제거하는 어리석은 행위다. 사실 살균제로 독성 균을 완전히 멸균한다는 것도 불가능하다. 결국 살균제로 인해 변형된 박테리아는 인간에게 질병을 유발시키는 살모넬라균, O157:H7 등 내성을 지니고 독성을 내뿜는 새로운 악성 박테리아로 변신해 인류를 괴롭히고 있다. 게다가 비누, 샴푸, 치약, 화장품 등에는 거품이 잘 일어나도록 하는 라우릴황산나트륨도 첨가되는데 이는 심장, 신장, 간, 폐, 뇌 기능을 약화시키며 오래 사용하는 경우 암을 유발하기도 하고, 피부에 알레르기 반응을 일으키는 것으로 알려진 물질이다.

결국 제약업계, 화학업계와 주류의사들이 만들어낸 세균공포증으로 우리는 항생제와 트리클로산의 노예가 되었고 이로 인해 좋은 세균을 통해 생기게 될 면역력이 제대로 생기지 않기 때문에 알레르기 비염이나 천식, 암, 심장병 등 만성질병에 평생토록 고통을 겪는다. 게다가 빵, 우유, 생수 등 모든 가공식품도 식품첨가제인 합성살균제나 방사선으로 살균처리를 하기 때문에 좋은 박테리아까지 모두 박멸한다. 특히 방사선으로 살균하는 경우에는 단백질, 비타민 등의 분자를 파괴하고 변형시키기 때문에 인체에 치명적인 부작용을 일으킬 가능성이 있다. 사실 적당히 지저분한 것이 면역력을 키울 수 있기 때문에 건강에 좋다. 박테리아는 우리에게 면역력을 선물로 주기도 하지만 토양의 잔류물을 분해해 토양의 영양을 되살리는 등 자연에 필수적인 작용도 한다. 그러나 의약품, 가공식품, 건축자재, 기계 등에

② 항균제의 원료인 독성화학물질이 각종 암과 알레르기를 유발시키는 것으로 알려져 있다. 병원뿐만 아니라 가정에서도 흔히 쓰는 살균제 트리클로산의 유용성에 대해서 과학적으로 입증된 적은 한 번도 없다. 현재 전 세계에서 사용되는 트리클로산의 95퍼센트는 가정용항균제로 소비되고 있으며 이것이 싱크대를 거쳐 강, 바다, 비를 거쳐 식수로 우리 인체 내로 들어와 각종 만성질병을 유발한다.

원료가 되는 합성화학물질은 자연에 존재하지 않는 물질이어서 박테리아가 분해하지 못하고 인체와 지구에 축적되어 건강과 생태계를 파괴한다.

예를 들어 헬리코박터균은 6만년 동안 인간의 위를 실질적으로 점령해오며 각종 박테리아와 영양소, 미네랄 등과 조화를 이뤄 면역체계를 형성해 각종 질병으로부터 숙주인 인간을 보호해줬다. 그러나 1980년대에 배리 마셜이 헬리코박터균이 위궤양과 위암을 일으키는 원인균이라는 연구논문을 발표하고, 이것이 주류의학계에 받아들여져 노벨의학상을 수상하게 되자 이때부터 지구상에서 헬리코박터균을 전멸시키려는 온갖 항생제가 쏟아져 나왔다. 그러나 실험실에서 헬리코박터균만을 갖고 독립적으로 진행한 이 연구는 오히려 인류에게 재앙을 불러왔다.[9] 주류의사들은 거의 모든 궤양이나 초기 암, 복통 등에 헬리코박터균을 죽이는 항생제를 무차별 처방했지만, 항생제처방 증가율과 정비례로 위궤양과 위암은 급증하기 시작했다. 인간의 이웃인 이 균이 악성으로 변이됐기 때문이다.

주류의사들이 신앙으로 받아들이는 현대의학이 힘없이 무너지는 곳이 병원이다. 의사와 간호사들은 세균공포증에 시달려 늘 마스크와 위생장갑을 쓰면서 위생에 철저하지만, 중환자의 운반이나 영안실의 허드렛일 등 비위생적인 일을 하는 노무자들은 대부분 마스크를 쓰지 않는다. 게다가 시신과 환자를 만지던 손으로 식사도 하고 술잔을 나누기도 한다. 그러나 전염병에 걸리는 사람은 거의 없다. 미생물이 일으키는 전염병은 면역체계가 약해진 사람들에게 나타나는 것이지 철저한 위생의식과는 관련이 없다. 적어도 감염과 전염병에 있어서는 현대의학에 근거를 둔 의사들의 첨단 지식은 가난한 병원 노무자들과 감염 환자인 엄마를 구하려고 엄마 곁에서 떠나지 않는 어린 소녀 앞에서는 여지없이 무너져 내린다.[10]

2장. 항생제로 융단 폭격하다

1. 끝없는 무기경쟁.

우리 중 80퍼센트 이상이 일생 중 어느 시점에 포도상구균이나 살모넬라균 등에 감염된다. 그 중 30퍼센트는 일생 동안 이 균을 지닌 채 살아간다. 그러나 대부분은 아무런 질병이 일어나지 않는다. 포도상구균이나 살모넬라균 등도 헬리코박터균과 같이 특별한 균이 아니어서 다른 세균보다 돌연변이나 유전자교환이 쉬운 것도 아니고, 진화 속도가 빠른 것도 아니다. 오히려 포도상구균이나 살모넬라균은 인체 내에서 다른 균들과 서로 상호작용을 일으키며 면역체계를 강화시켜 주는 작용을 해준다. 그러나 무차별 투여되는 항생제 등 합성화학물질에 의해 변형된 포도상구균 등이 변형을 일으켜 면역력이 약한 사람의 혈류로 침투하면 강력한 독소를 생성해 패혈증이나 용혈성 요독증을 유발하기도 한다.[11]

그러나 주류의사들은 이 균에 합성 항생제와 살균제로 융단폭격을 가했다. 결국 페니실린이 처음으로 치료제에 사용된 지 채 10년도 지나지 않은 1950년에 포도상구균과 살모넬라균은 변형되면서 40퍼센트가 페니실린에 내성을 갖기 시작했고 1960년에는 80퍼센트가 내성을 갖기 시작했다. 페니실린은 포도상구균 등에 아무런 작용을 하지 못하게 된 것이다. 그러자 의사들은 1959년부터 페니실린보다 강력한 메티실린을 처방했다. 역시 무차별로... 그러자 채 1년도 지나지 않은 1960년부터 메티실린에 내성을 보이는 박테리아가 보고되기 시작해 1990년대에 환자의 15퍼센트에서 메티실린에 내성을 보이는 포도상구균(MRSA)③이

③ 메티실린이라는 항생제에 내성을 보이는 황색포도상구균. 이 균에 감염되면 더욱 강력한 반코마이신이나 테이코플라닌으로 치료하지만 환자의 면역력을 크게 약화시키고, 반면 약을 많이 복용해 면역력이 저하된 사람의 경우에는 치료 방법이 없어 죽음 등 치명적인 결과로 이어질 위험이 높다. 독성으로 변형된 박테리아나 바이러스는 대부분이 병원에서 감염된다.

발견됐다. 2000년에는 환자의 55퍼센트에서 메티실린에 내성을 보였다. 메티실린 내성 포도상구균에 감염되면 현대의학으로는 손을 쓸 수 없게 된다.

살모넬라균도 항생제에 내성을 가지면서 독성이 강한 살모넬라 티피무륨이란 식중독 균으로 변형됐다. 이 균은 1960년대 초에 처음으로 항생제로 비육시키던 가축에서 발견됐고, 1960대 중반부터 인체에 감염되기 시작했다. 이런 박테리아들이 면역력이 약한 사람의 위장으로 들어오면 창자의 벽을 이루고 있는 점액을 뚫고 혈류 속으로 들어가 열과 통증, 염증을 일으키기도 하며 결국 죽음으로 내몰기도 한다. 특히 항생제는 미국이나 우리나라에서 가축의 성장을 위해 광범위하게 사용되고 있기 때문에 육류에 다량 포함되어 있다. 육류를 통해 감염되는 박테리아는 환자들의 뇌신경을 혼란시켜 정신질환을 야기하기도 하고, 신장에 침투해 신장을 파괴하기도 하지만 이미 항생제에 내성을 띠고 있어 강력한 항생제로도 치료가 어려운 경우가 많다.

박테리아가 변형을 일으켜 페니실린이라는 항생제가 기능을 하지 못하게 되자 의사들은 합성화학물질로 만든 강력한 반코마이신④을 투여하기 시작했다. 그 결과 1996년에 일본에서 처음으로 반코마이신에 내성을 보이는 포도상구균(VRSA)⑤이 발견됐다. 이후 2002년 이후에는 세계 곳곳에서 반코마이신에 내성을 보이는 포도상구균이 발견되기 시작했다. 특히 병원에서 항생제와 살균제를 남용했기 때문에 변형된 포도상구균은 대부분 병원에서 치료를 받는 환자들이 감염된다. 이제는 가벼운 수술조차 두려운 시대가 됐다. 현재 반코마이신에 내성을 보이는 포도상구균에 대처할 방법은 없다. 천연의 페니실린이 도입된 지 반세기가 채 지난 지금 항생제에 대한 내성이 나타나는 속도가 점점 빨라지면서, 전 세계의 항생제 전문가들은 박테리아와의 끝없는 무기 경쟁에서 인간이 완패했음을 인정한다.[12) 합성화학물질에 대한 맹신의 결과였고 그로 인해 수많은 사람들의 간과 신장, 심장을 파괴하면서 죽음으로 내몰았다. 치료 중에 일어나는 패혈증으로...

암수의 구별이 없는 미생물의 번식력과 변화력은 인간보다 월등히 앞선다. 미생물은 다른 종의 박테리아끼리도 서로 항생제 내성 유전자를 교환하며 손쉽게 내성을 확산시킬 수 있다. 우리가 천년 동안 진화할 수 있는 속도를 박테리아나 바이러스는 단 하루 만에 변화한다. 자연의 진화를 인간의 얄팍한 기술로 억제하려는 것은 마치 거대한 해일을 나무판자로 막겠다는 생각과 비슷하다. 끝없이 변화하여 내성을 키우는 미생물에 의한 침입은 합성화학물질로 만들어진 의약품으로 막을 수 없고, 다만 자연 상태의 면역체계와 약으로만 이겨낼 수 있다. 내성은 자연에 존재하지 않는 합성화학물질에 대해서 생기는 것이지, 자연의 약초와 면역체계에 대해서는 내성이 생기지 않기 때문이다. 이 때문에 강력한 독성을 갖고 있는 O157:H7 박테리아가 두 사람 몸 안에 있다고 해도 면역체계가 강한 사람에게는 질병을 일으키지 않는 까닭이 그 때문이다. 병원의 중환자실에 있는 급성환자에게 주류의사들이 가장 우선적으로, 그리고 지속적으로 투여하는 의약품이 강력한 항생제다. 이 때문에 항생제에 내성을 보이는 MRSA, VRSA, O157:H7 등이 말썽을 부리는 사람들은 주로 중환자실의 환자들이거나 아직 면역체계가 완성되지 않은 어린이, 또는 면역력이 약한 노인들이고,

④ 반코마이신은 합성화학물질인 강독성의 염소를 주원료로 만드는 항생제로 1956년에 개발되었다. 그러나 신장을 파괴하고 청력을 감퇴시키는 부작용과 흡수가 잘 안된다는 단점 때문에 그동안 사용을 제한해왔다. 때문에 이 항생제는 복용제가 아니라 정맥주사로 투여해야 하기 때문에 간에 치명적인 손상을 불러온다.

⑤ 초강력 항생제인 반코마이신에 내성을 가진 황색포도상구균으로 슈퍼박테리아라고도 한다. 면역력이 저하된 사람이 감염되면 치명적인 패혈증을 일으켜 사망으로 이어질 수 있다. 이 균은 현재 지구상에 존재하는 어떤 항생제로도 치료가 불가능하다. 이 같은 변종 균이 출현하는 까닭은 병원과 가축농장에서 무분별하게 항생제를 과다 사용하기 때문이다.

그 이외의 면역력이 강한 일반인들에게는 거의 영향을 미치지 않는다.

문제는 이 같은 현상이 박테리아에서만 일어나는 것이 아니라는 사실이다. 질보다는 양에 중점을 두고 수확량을 높이기 위해 논과 밭에 단일작물만을 심고 여기에 마구 뿌려대는 합성비료는 많은 물을 필요로 한다. 질소, 인산, 칼륨만으로 구성되어 있는 합성비료가 농작물에 흡수되기 위해서는 많은 물이 필요하고, 많은 물은 병충해를 불러오게 되고 이를 화학적으로 해결하기 위해 살충제, 제초제를 다량 투여하기 시작했다. 결국 1980년대에 들어서면서 살충제와 제초제에 대해 내성을 가진 해충과 잡초들이 나타나게 되었고 이에 대응하기 위해 더 강력한 살충제인 파라티온과 더 강력한 제초제인 아트라진으로 대체하면서 생태계는 파괴되기 시작했다. 합성비료와 살충제, 제초제는 모두 석유에서 생산하고 효능을 높이기 위해 강독성 물질인 비소, 수은, 페놀 등을 첨가한다. 그러나 인간이 자연에 투여한 모든 물질은 반드시 인간에게 다시 돌아오기 마련이다. 순환은 자연의 법칙이기 때문이다. 불행하게도 2퍼센트의 해충을 박멸하기 위해 마구 투여하는 살충제, 제초제는 나비, 벌 등 98퍼센트의 유익한 곤충을 박멸하고 대신 2퍼센트에게는 내성만 증가시켰고, 95퍼센트의 유익한 풀들을 전멸시키고 대신 5퍼센트의 잡초에는 내성만 증가시켰다. 그리고 물이나 음식, 공기를 통해 돌아온 강독성 물질들은 남성의 정자수를 줄이고, 정자를 변형시키고, 여성의 생식기를 파괴하며 기형아를 출산하는 등 인류를 재앙으로 몰아가고 있다.[13] 많은 의학자들이 박테리아와의 무기경쟁에서 인류가 패배했음을 인정하듯이, 많은 생태학자들은 해충과 잡초와의 무기경쟁에서 인류가 패배했음을 인정한다.

워싱턴대학에서 세균진화론을 연구하고 있는 폴 W. 에왈드는 인간과 박테리아가 상호공존하는 것이 서로에게 득이 된다고 한다. "세균에게 항생무기를 사용하면 그 세균은 그에 대항할 방어무기를 진화시키고, 그러면 인간은 다시 더 강력한 다른 무기를 들고 나오고 세균은 또 이에 대항할 방어무기를 진화시키는 끊임없는 군비경쟁에서 벗어나야 한다. 인간은 세균이 진화의 종착점을 향해 자유롭게 진화해 가도록 환경을 자연에 맞게 조절해 주어야 한다. 그러면 인간에게도, 세균에게도 득이 된다." 이것이 면역력을 통한 공존의 법칙이다. 인간이라는 생명체도 박테리아에서 진화했기 때문에 박테리아는 공존의 대상이지 박멸의 대상이 아니다. '인간이 만물의 영장'이라는 오만과 독선을 버리고 생명체 모두가 함께 조화를 이루는 자연의 법칙에 순응해야 건강을 유지시킬 수 있다. 세균학을 연구하는 양심적인 학자들은 공통적으로 이렇게 말한다. "세균에게는 우리가 필요하다. 우리는 세균이 필요하고... 함께 공존해야지 약품으로 세균을 박멸하려는 행위는 너무 위험한 일이다." 이런 까닭에 흙을 가까이 하고, 정수하지 않은 샘물을 마시며, 저장상태가 현대적이지 않은 음식을 먹으며, 약과 가공식품을 가까이 하지 않는 지역민들은 박테리아가 유발하는 염증성 질환이나 천식 등 알레르기성 질환, 그리고 암이나 심장마비 등 만성질병이 거의 나타나지 않는다.[14]

포도상구균이 변형되고 강력한 내성을 가지는 까닭은 페니실린 등 항생제나 살균제가 천연이 아니라 석유를 화학적으로 처리하여 대량 생산하는 벤젠⑥이나 페놀, 트리클로산을 주

⑥ 10ppb, 즉 1억분의 1만으로도 폐암과 백혈병을 유발하는 것으로 알려진 강독성의 1급 발암물질이다. 휘발유에 함유된 물질로 주유소에서 대량 검출된다. 따라서 주유할 때는 가능한 차에서 나와 멀리 떨어져 있는 것이 현명하다. 그러나 벤젠은 휘발유에서만 나오는 것은 아니다. 벤젠의 향기로운 특성을 이용해 나일론, 폴리스티렌 등의 플라스틱에도, 접착제, 세제, 염색약, 살충제, 합성 고무, 폭약, 의약품, 드라이크리닝, 각종 향수 등에도 광범위하게 첨가하고, 무 카페인 커피나 청량음료 등 각종 음료수에도 향미제로 첨가한다. 현대사회에서 벤젠을 혼입시키지 않는 물질은 없을 정도로 너무도 광범하다. 반면 가공식품에 방부제와 향미제로 첨가하는 벤조산나트륨이 합성 비타민C와 결합하면서 합성 벤젠을 생성하기도 한다. 그러나 유기화합물이 분해될 때 발생하는 천연의 벤젠은 극미량이고 또한 다른 여러 가지 자연의 성분들과 상호작용을 일으키기 때문에

원료로 해서 만들어지는 합성화학물질이기 때문이다. 고대부터 사용된 은의 살균독소나 푸른곰팡이에서 추출하는 천연의 페니실린, 토양에서 다량 서식하는 bt박테리아, 또는 마늘에 함유되어 있는 알리신 등이 만들어내는 살균독소에 대해서는 박테리아가 변형되지도 않고 내성을 갖지도 않는다. 게다가 자연의 균류나 박테리아, 음식으로부터 추출해내는 항생물질은 인간에게는 아무런 해를 미치지 않는다. 그러나 우리가 아무리 합성화학물질로 만들어진 항생제를 피하려고 노력한다 해도 결국 수포로 돌아갈 수밖에 없다. 왜냐하면 항생제를 매일 과다하게 투여 받는 소, 닭, 돼지 등으로부터 얻는 고기와 계란, 우유 등을 섭취하기 때문에 우리의 의지와는 달리 항생제의 덫으로부터 벗어나지 못하고 있다.

사실 1950년대 이전에는 토양에서 추출해낸 페니실린이나 그라미시딘 같은 천연의 항생제로 아무런 부작용 없이 수많은 생명을 구해냈다. 그러나 천연과 합성을 구별하지 못하는 환원주의가 서구과학의 주류로 굳어지고 그것이 세계로 확산되면서 1950년대 이후에는 모든 의약품과 식품첨가제를 석유에서 합성해 대량생산한다. 천연에서 추출해내는 것은 양이 소량이어서 이윤이 크지 않기 때문이다. 생명에 당장 영향을 주지 않을 정도의 양을 1일섭취허용량(ADI)⑦이라고 하면서... 그러나 당장은 소량이어서 생명에 영향을 미치지 않지만 오랜 시간이 흐르면서 여러 번 섭취한 결과 체내에 축적되면 어떻게 될까?

그러나 미국을 중심으로 한 현대의학은 오로지 증상완화를 목표로 한 대증요법에 치중하기 때문에 질병의 원인은 점점 악화되고, 결국 질병을 최종적으로 이겨낼 면역체계는 완전히 무너질 수밖에 없다. 마침내 점점 심해지는 고통 속에서 재산도 잃고, 생명도 잃게 된다. 뇌졸중, 심장마비, 신장투석환자들에게는 과다하게 항생제가 투여되기 때문에 4명에 1명꼴로 세균성 폐렴으로 죽어가는 상황에서 지금 미국의 여러 연구실에서는 대대적으로 항생제에 내성을 갖는 MRSA, VRSA 박테리아가 독소를 분비하지 못하도록 하거나 분비된 독소를 중화시키는 합성화학물질을 만드는 연구가 진행 중이다.[15] 필요 없는 항생제나 살균제 등의 사용을 줄이면 박테리아가 독성으로 변이되지 않고 함께 공존하며 면역력으로 이겨낼 수 있지만 규제완화라는 유령에 혼을 빼앗긴 미국은 인류의 건강보다는 산업계를 보호하려는 정책으로 합성화학물질을 제한하려는 노력을 거의 하지 않는다. 이 연구가 성공하면 특허로 이어지고 연구자나 연구비를 지원한 제약회사는 또 하나의 황금탑을 쌓게 될게다.

사실 인체 내 세포 속에서 에너지를 생산하는 미토콘트리아도, 태양에너지를 생명에너지로 전환시키는 엽록체도 박테리아다. 미토콘트리아는 모든 세포에 존재하는 박테리아로, 지방과 당으로부터 영양분을 넘겨받아 생명의 근원인 아데노신삼인산으로 변화시키는 천연 화학공장이다. 그리고 세포분열과 세포자살도 통제한다. 세포가 분열한 후 약해진 세포가 자살하지 않는 상태가 암이다. 항생제를 수시로 처방받아 몸속의 박테리아를 초토화시키는 사람은 종종 감기와 설사, 감염에 시달리게 된다. 건강을 유지하려면 면역체계를 정상적으로 작동시키기 위해 적당한 감염이 필요하다. 미토콘트리아는 '박테리아와 인간과의 공존'의 대표적인 예다. 그리고 우리 몸에 있는 DNA의 30퍼센트는 바이러스에서 진화해 왔다. 즉 우리 몸은 박테리아와 바이러스와의 조화 또는 결합을 통해 진화를 이어온 것이다. 그리고 모든 영양소를 처음으로 만들어 내어 지구 생명체의 활동을 가능하게 해주는 엽록체도 식물과 박테리아의 공존이다.

인체에는 무해하다.

⑦ 실험용 쥐에게 합성화학물질의 양을 줄여가면서 투여한 결과, 일주일 내에 실험 쥐의 50퍼센트가 죽는 정도의 양을 측정해 그것의 100분의 1을 일일섭취허용량으로 정한다. 그러나 합성화학물질은 체내에 축적되기 때문에, 한 번 섭취했을 때 곧바로 체외로 배출된다는 전제로 만들어진 일일섭취허용량은 과학의 허구다.

2. 이웃에게 해를 끼치면...

전 세계 천식환자는 3억 명이 넘고, 환자의 대부분은 문명화된 나라에 집중되어 있다. 천식 발병율은 영국 15.3퍼센트, 미국 10.9퍼센트, 오스트레일리아 14.7퍼센트, 우리나라 4.2퍼센트에 달한다. 한편 우리나라의 건강보험공단에 의하면 2003년 한 해 동안 23퍼센트에 달하는 67만 4천 명의 유아가 천식을 앓았으며 18퍼센트에 달하는 52만 7천 명의 유아가 아토피를 앓았다. 천식이란 폐 속에 있는 기관지가 아주 예민해진 상태로, 때때로 기관지가 좁아져서 숨이 차고 호흡이 곤란해서 쌕쌕거리는 숨소리가 들리면서 기침을 심하게 하는 증상을 나타내는 알레르기 질환이다. 이런 증상들은 반복적으로, 발작적으로 나타나며 공기가 흐르는 길인 기관지의 염증으로 기관지 점막이 부어오르고 기관지 근육이 경련을 일으키면서 기관지가 막혀서 숨이 차게 된다. 아토피 피부염은 주로 유아기에 시작되는 만성적인 염증성 피부질환으로 가려움증과 피부건조증, 습진 등을 동반한다. 우리의 사랑스런 아이들이 이 같은 질병으로 고통을 겪고 있는 까닭은 합성화학물질로 지구를 덮어온 부모들의 무지와 탐욕 때문이다. 어린이에게 주로 나타나는 백혈병 역시 어른들의 무지와 탐욕에 의해 마구 대기로 쏟아지는 벤젠이 주요 원인으로 밝혀지고 있다.[16)]

영국에서 3만 명의 어린이를 대상으로 연구한 결과 생후 1년 이내에 4번 이상 항생제를 복용한 경우, 이 후 천식에 걸릴 위험은 3배 이상 높아지는 것으로 나타났다. 1,600여 명의 어린이를 상대로 한 뉴질랜드 연구팀은 1살 이전에 항생제를 한 번만 사용해도 천식에 걸릴 위험은 두 배 이상 높아진다는 사실을 확인했다. 캐나다의 연구팀은 ‘어린이에게 가장 위험한 약품은 항생제’라는 결론을 내렸다. 1,401명의 어린이를 대상으로 한 미국의 연구에서도 생후 첫 6개월 이전에 1번이라도 항생제를 처방받은 어린이는 그렇지 않은 어린이에 비해 월등히 높은 비율로 천식, 아토피, 비염 등의 알레르기성 질환을 겪는다는 사실을 확인했다. 또한 제왕절개수술로 태어난 아이는 자연분만으로 태어난 아이에 비해 질병에 걸릴 위험이 두 배나 높다. 엄마의 질과 항문에 사는 박테리아에 의해 면역력을 향상시킬 기회를 놓치기 때문이다.[17)] 이러한 결과는 항생제로 인해 장내에 서식하는 이로운 미생물이 모두 박멸돼 결국 면역체계가 파괴되기 때문이다.

항생제가 우리의 건강을 크게 해친다는 연구는 그 외에도 무수히 많다. 2009년 로렌스 윌슨의 연구에 의하면, 1900년 이후 백신과 항생제가 도입되기 전에 영양 상태와 위생의 개선에 의해 홍역, 성홍열, 폐결핵, 장티프스, 백일해, 디프테리아, 소아마비 등 전염성 질병들이 이미 감소 추세에 들어갔다고 하며, 백신과 항생제에 의해 줄어든 비율은 단지 3.5퍼센트 밖에 되지 않는다고 한다. 그리고 항생제는 박테리아를 막아주는 작용보다도 부작용이 훨씬 크므로 신중을 기해 복용해야 한다고 경고한다. 그러면서 항생제를 6년간 2~5가지를 복용했던 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 각종 암에 걸릴 위험이 27퍼센트, 6가지 이상을 복용했던 사람들은 37퍼센트 위험이 높은 것으로 밝혀졌다. 또한 항생제를 1년 반 이상 복용했던 여성이 그렇지 않은 여성에 비해 유방암에 걸릴 위험이 두 배 높은 것으로 밝혀졌다. 결국 건강을 유지하는 좋은 방법은 항생제로 질병을 막아내려는 노력이 아니라 채소, 과일, 꿀, 맑은 물 등 자연친화적인 음식을 통해 면역체계를 강화시키는 것이라고 한다.[18)]

갓난아이의 경우에는 어머니로부터 면역체계를 전달받아 초기에 이를 활용해 질병을 이겨낸다. 즉, 아기는 어머니의 면역체계를 이용해 자생세포와 이종단백질(세균 등 이물질)을 구별해 외부 이물질로부터 자신의 건강을 지켜낸다. 그리고 아기는 면역체계를 스스로 만들어내는 것과 비례해서, 어머니로부터 넘겨받은 면역체계는 사라지다가 보통 2살 때면 선천

적 면역체계는 전부 사라지고 그보다 더 정교하며 강한 면역체계로 대체된다. 이렇게 만들어진 면역력은 인체가 접하게 되는 모든 감염의 대부분을 이겨낼 수 있다. 보통 사춘기가 시작되는 15세 정도면 성인과 비슷한 정도로 면역체계가 완성되는 것으로 알려져 있다.

중요한 사실은 자연과 우리 몸에는 이로운 박테리아가 해로운 박테리아에 비해 1,000배 이상 많다는 것이다. 따라서 우리가 건강을 지키기 위해 필요한 것은, 항생제 융단 폭격으로 우리 몸에서 상호작용을 하면서 면역력을 키워주는 박테리아를 쓸어내는 것이 아니라 몸 안의 지방층에 축적되어 환경호르몬으로 작용하는 독소, 즉 합성화학물질을 제거하는 것이 필요하다. 이런 과정에서 특히 주의해야 할 사항은 합성화학물질을 제거하기 위해 합성화학물질로 만들어진 의약품을 사용해서는 안 된다는 것이다. 대부분의 합성화학물질은 의약품과 가공식품, 대기오염을 통해 들어온다. 가장 현명한 방법은 채소와 과일 등 가공되지 않은, 자연에 가까운 음식을 섭취하는 방법이다. 그리고 식품회사가 판매하는 가공된 생수⑧가 아니라 산이나 들의 깨끗한 샘물을 마시는 것이 좋다.

하이델베르크의 암연구센터의 울리히 아벨은 255명의 암환자와 전에 다른 질병을 앓았던 병력이 있는 485명을 대상으로 연구를 했다. 그 결과 지난 5년 동안 감기나 독감에 한 번도 걸려본 적이 없는 사람은 적어도 여러 번 감기 등에 걸려본 경험이 있는 사람보다 암에 걸릴 확률이 평균 5배 이상 높다는 결론을 내렸다. 스위스 의학자 한스 울리히 알보니코는 379명의 암환자와 그 환자들과 나이가 같은 수의 건강한 사람들을 비교 조사했다. 그 결과도 건강한 사람들은 공통적으로 어려서 풍진, 수두, 홍역 등을 앓은 경험이 있고, 반면에 암환자들은 대부분 그 같은 병을 앓은 병력이 없다는 사실을 확인했다. 백신과 항생제, 기타 각종 약을 통해 병을 미연에 방지하긴 했지만 동시에 면역력이 약해졌기 때문이다. 독일 괴팅겐대학의 바이러스 연구센터가 실시한 연구에 의하면 지난 몇 년 동안 한번이라도 38.5도 이상의 열을 경험했던 사람은 암 발병률이 63퍼센트 낮았고, 어린 시절 화학물질로 처리된 백신을 한번이라도 맞은 사람은 암 발병률이 70퍼센트 높게 나타났다.[19] 수많은 연구를 통해 확실해진 사실은 암, 심장질병, 신장질환, 뇌졸중 등 만성질병은 바이러스에 의한 것도 아니고, 담배나 술 때문도 아니며 단지 의약품과 가공식품을 통해 몸속으로 들어오는 합성화학물질에 의해 면역체계가 약해지면서 발병한다는 것이다.

3장. 염증과 열은 면역력을 키워준다.

1. 42.6도까지 안전하다.

---

⑧ 판매용으로 생산하는 모든 생수는 방부제와 살균제, 표백제, 보존제 등이 들어 있는 가공식품이다. 그리고 정수된 물은 합성화학물질로 정수하며, 제조 과정에서 모든 영양소와 미네랄을 제거하고 다시 합성영양제와 합성미네랄, 방부제, 살균제, 표백제 등을 새로 첨가한다. 그리고 예컨대 산소가 첨가됐다는 '산소 함유 생수'는 단지 선전문구일 뿐이다. 인체가 산소를 흡수하는 길은 유일하게 폐뿐이며, 소화기관을 통해서는 전혀 흡수할 수 없다. 자연 상태에 비해 인위적으로 물에 용존산소량을 늘려봐야 모두 트림으로 배출된다. 반면 산소는 치명적인 발암물질이므로 폐로 산소가 다량 흡입될 경우 폐포를 파괴하는 등의 치명적인 부작용을 일으키며 사망으로 이어질 수도 있다. 또한 '마시기에 가장 좋은 물의 분자구조는 정육면체다.'라는 소위 육각수라는 말이나, 식욕을 억제해주어 비만을 막아준다는 말, 천연의 탄산가스가 들어 있는 소다수라는 말도 과학적으로 입증된 것이 아니라 단순한 선전문구일 뿐이다. 사실 대부분의 판매용 생수는 단지 지하수 또는 수돗물을 끌어올려 역삼투여과를 거치고, 자외선으로 살균소독한 후 합성 탄산가스 등을 첨가해 2,000배 가격으로 판매한다. 역삼투여과를 하게 되면 모든 미네랄과 탄산가스가 제거되기 때문에 다시 합성 미네랄 등을 첨가한다. 또한 자외선으로 살균하면 모든 미량영양소가 파괴되고 물 분자를 변형시키기 때문에 인체에 위험할 수 있다. 그리고 생수병에는 각종 합성화학물질이 함유되어 시간이 흐르면서 물에 녹아나온다. PVC제품에서는 프탈레이트가, 폴리에틸렌 제품에서는 스타이렌이, PC제품에서는 비스페놀A라는 발암물질이 나오는 것으로 확인됐다.

질병이 침입했을 때 나타나는 열이나 염증은 백혈구가 만들어내는 방어시스템의 일종이다. 뉴욕 윈스럽 대학병원의 버크 A. 쿠너는 “열을 내리는 소염진통제는 특별한 경우를 제외하고 사용하지 말아야 한다. 열은 몸 조직을 방어해 주는 면역체계에 결정적인 기능을 하기 때문에 약을 통해 열을 내리면 오히려 환자의 면역력을 약화시키는 결과를 가져온다.”고 한다.[20] 건강한 육체만이 열을 올릴 수 있는 에너지를 만들어 내며, 몸에서 열이 난다는 것은 몸을 건강하게 지켜주는 면역체계가 정상적으로 작동한다는 말이다.

열과 염증이 일어나는 것은 면역체계가 정상적으로 작동한다는 긍정적인 신호다. 염증반응이란 백혈구가 질병이 침입한 곳으로 모여드는 현상이고, 이때 항체가 열을 만들어 낸다. 박테리아나 바이러스, 그리고 암세포는 열에 약하기 때문이다. 통증은 인체가 항체의 일종인 천연의 인터페론⑨을 만드는 과정이다. 재채기나 콧물은 독소와 미생물을 밖으로 배출하는 현상이다. 그런데 현대의학은 열, 염증, 콧물을 미생물이 만들기 때문에 제거해야 한다며 항생제와 소염진통제를 처방한다. 사실 열은 위험하지 않다. 인체는 40도가 넘는 고열에도 아무런 문제가 생기지 않지만 박테리아나 바이러스, 암세포는 40도 이상에서 모두 파괴된다.[21] 42.6도까지 열이 오르면 몸 안의 단백질이 응고돼 죽음에 이른다는 경고는 주류의 사들이 무지를 감추고 탐욕을 불태우기 위해 만들어낸 거짓이다.

1978년 일본의 국립예방연구소에서 실시한 연구에서 암세포가 열에 약하다는 사실이 입증됐다. 인간의 자궁에서 암세포를 추출해 32도에서 43도 사이에서 온도변화를 주어 정상세포와 암세포의 변화를 살펴본 결과, 39.6도 이상에서 모든 암세포는 파괴되었지만 정상세포는 아무런 영향을 받지 않았다. 일본 사이토 마사시 교수의 연구에 의하면 정상 체온인 36.5도에서 1도 상승할 때마다 면역력이 5~6배 증가하고, 반면에 체온이 1도 내려갈 때마다 면역력이 30퍼센트씩 감소한다는 사실을 확인했다.[22] 이런 이유로 암환자는 암으로 사망하는 것이 아니라 항암제와 방사선으로 사망한다. 강독성의 항암제⑩와 방사선으로 면역체계를 모두 파괴하기 때문에 열이 생기지 않고 극심한 통증만 일어나는 까닭이다.

이러한 열은 상처를 치료하는 과정에서도 발생한다. 집수리를 하다가 실수로 못에 찔릴 경우 재빠르게 혈액내의 혈소판은 응고인자를 내보내 혈액이 새나가는 것을 방지하고, 다른

---

⑨ 인터페론이란 바이러스나 암세포가 세포 안으로 침입했을 때 면역세포에 의해 만들어지는 특수 단백질인 항체로 바이러스와 암세포를 저지하는 역할을 한다. 1980년 이 물질의 염색소를 복사해 바이오젠사가 유전자조작으로 대량 생산한 것이 페그인터페론이다. 페그인터페론과 레바비린이라는 약제를 복합 처방하여 간염 바이러스를 치료하기도 하지만 페그인터페론은 자연에 존재하지 않는 일종의 합성화학물질로 심각한 우울증을 유발하고, 레바비린은 심각한 빈혈을 유발시키는 부작용이 나타난다. 또한 둘 다 임산부가 복용하면 기형아를 출산할 위험이 크다. 1982년, 프랑스에서 인터페론으로 치료를 하던 환자 4명이 심각한 우울증으로 사망하면서 실체가 밝혀지기 시작했다.

⑩ 화학요법이 처음 등장한 것은 2차 세계대전 직후로 전쟁 중에 무차별 살포했던 독가스가 살아있는 세포들, 특히 위장관의 세포들이나 골수, 그리고 림프계의 세포들처럼 빠르게 분열하는 세포들을 죽인다는 사실이 알려졌다. 의사들은 암이 빠르게 분열하는 세포들로 구성되어 있다는 것을 알고 암세포를 죽이는데 독가스를 사용할 수 있으리라고 생각했다. 때문에 피를 만드는 척수세포, 항체를 만드는 골수세포, 머리를 만드는 모근세포, 정자와 난소를 만드는 생식세포, 위와 장의 점막세포, 호흡기와 피부세포도 빠르게 증식하기 때문에 함께 죽인다. 항암치료를 받으면 백혈병에 걸리고, 머리가 빠지며, 의식장애, 소화장애, 구토, 극심한 피로, 심장마비, 급성신부전, 구강점막염, 생식불능 등이 따르는 까닭이 그 때문이다. 항암제로 가장 많이 처방되는 ‘사이클로포스마이드’는 독가스를 액체로 개발한 약으로 위장, 심장, 폐, 혈액을 손상시킨다. 또 다음으로 많이 처방되는 ‘시스플라틴’은 중금속인 플라티늄에서 추출한 약제로 신경, 콩팥, 골수를 손상시켜 전신을 마비시키기도 한다. 호지킨병을 치료하는 ‘메클로레타민’은 역시 강독성 독가스로, 치료하는 의사도 조금이라도 피부에 닿거나 흡입하지 않도록 철저히 조심해야 하는 약제다. 이 같은 강독성 화학물질로 치료를 받은 환자는 운이 좋아 호전되어도 몇 개월 후에는 다시 더 나쁜 악성 종양이 생길 가능성이 아주 높다. 1999년에 영국의 의학전문지 「란셋」에 발표된 연구에 의하면 아동기에 발생한 암으로 화학치료를 받고 3년간 생존한 13,000명의 환자를 추적 조사한 결과 대부분이 골수암으로 사망했다고 한다.

세포들은 염증을 유발하는 갖가지 복잡한 물질들을 분비하여 조직의 온도를 높여 세균의 침입을 방지한다. 열은 감염을 막고 파괴된 조직을 복구할 때 나타나는 증상이다. 백혈병은 면역체계가 제대로 작동하지 않기 때문에 골수세포가 이상 증식하는 현상으로 다른 암과 같이 쉽게 치유될 수 있는 병이다. 골수세포는 면역세포를 새롭게 만들어 내는 세포다. 그러나 현대의학은 '세포의 이상증식'이라는 현상만을 보고 어린아이에게 눈물겹도록 고통스런 골수이식수술과 항암요법, 방사선치료를 들이댄다. 현대의학의 무지와 주류의사들의 탐욕이 빚어내는 광란의 살인극이다. 영국의 암전문가인 멜빈 그레이브스는 백혈병에 걸린 1,300명의 어린이와 건강한 6,300명의 어린이를 비교 연구한 결과, "갓난아기 때 질병에 노출되는 빈도가 낮을 경우 면역체계가 제대로 형성되지 않아 백혈병에 걸릴 위험이 두 배 이상 높아진다."고 한다.[23)]

우리나라 이혜란 한림대 의료원장이나 같은 대학의 이소연 교수는 생후 1년 전에 항생제를 처방받은 어린이, 분유로 자란 어린이, 형제가 적은 가정의 어린이, 깨끗한 환경에서 자란 어린이, 대도시에서 자란 어린이, 제왕절개술로 태어난 어린이들은 그렇지 않은 어린이에 비해 아토피, 천식 등 알레르기뿐만 아니라 폐질환 등 만성질환으로 고통 받을 가능성이 훨씬 높다고 한다. 그 이유는 세균 등에 감염될 가능성이 적고 합성화학물질에 노출되기 쉽기 때문에 면역체계가 약하기 때문이라고 한다.[24)] 따라서 질병으로부터 벗어나기 위한 가장 지혜로운 방법은 환경을 통해 면역체계를 강화시키는 방법이다. 다시 말해 '적당히 불결한 것이 건강에는 가장 좋다.'

어린이가 질병에 노출될 경우에 면역체계가 제 기능을 하기도 전에 소염진통제로 열과 염증과 통증을 제거하기 때문에 면역체계는 약해질 수밖에 없다. 합성화학물질로 만들어진 소염진통제와 해열제에 의해 혈류를 억제시켜 항체의 생성과 이동을 방해해 면역세포와 인플루엔자와의 싸움을 감소시켜 인체 내에서 오히려 악화되게 되면 열과 염증이 골수에까지 미쳐 골수부전이 일어날 수도 있다. 이것이 백혈병이라고 하는 혈액 암이다. 이 때 '빈크리스틴'이나 '히드록시우리아' 또는 '글리벡'이라는 항암제와 방사선은 약해진 면역체계를 완전히 파괴해 결국 죽음으로 내몬다. 면역체계가 회복되면 골수는 과립구를 3일 만에, 적혈구는 120일 만에 완전히 새롭게 재생시킬 수 있는 놀라운 능력을 가지고 있다.

미국에서는 1980년대에 600만 명에 달했던 천식환자가 2005년에는 1,730만 명으로 치솟았다. 무절제한 항생제, 살균제, 백신 등으로 인해 면역력이 약해졌기 때문이다. 인간과 세균은 40억년을 함께 공존해 오면서 서로에게 반드시 필요한 존재인데 무지한 주류의사들이 무절제하게 항생제와 구충제 폭탄으로 박테리아와 기생충을 제거한 것이 이유다. 회충, 요충 등도 인간과 공존하며 면역체계를 강화시켜 주면서 인간에게는 아무런 해를 미치지 않는다. 말라리아 기생충도 알려진 사실과는 달리 인간에게 거의 해를 미치지 않는다. 하워드 휴즈 의학연구소의 안자 젠슨에 의해, 말라리아 기생충이 만들어내는 PfEMP1이라는 단백질은 염증이 생긴 혈관의 내벽을 보호해주는 역할을 한다는 사실이 밝혀졌다. 알레르기, 천식뿐만 아니라 암 등 모든 질환은 면역체계가 무너졌기 때문에 발생한다. 백혈병에 관한 영국의 연구에 의하면, 어려서부터 어린이집을 다녔던 어린이들은 다니지 않은 어린이에 비해 백혈병 발병 비율이 훨씬 낮다는 결론을 내렸다. 함께 어울리면서 박테리아, 기생충 등에 감염돼 면역력이 증가됐기 때문이다.[25)] 한 유전자는 한 개의 단백질만 만들어내는데, 항체도 유전자가 만드는 단백질이다. 따라서 인간의 유전자는 2만 5천개가 조금 넘기 때문에 항체도 2만 5천개가 조금 넘는다. 그러나 유전자는 박테리아, 기생충, 각종 영양소, 미네랄 등

과의 상호작용을 통해 수백만 가지의 병원체(항원)에 대응할 수 있는 항체를 만들어낼 수 있다. 이것이 진화과정을 통해 형성해 온 면역체계의 신비로움이다.

반면 인간 광우병⑪을 일으키는 프리온은 우리 몸에 침입해도 백혈구가 이를 인식하지 못해 열이나 염증을 일으키지 않기 때문에 더욱 공포스런 질병이다. 암환자도 화학요법, 방사선치료 등으로 이미 면역체계가 모두 파괴되었기 때문에 열이 나지 않는다. 열이 나지 않기 때문에 암을 극복해내지 못하는 것이다. 때문에 의사들이 조금만 열이 나도 해열제를 처방하는 것은 현대의학의 커다란 무지 중의 하나다. 환자의 장기적인 면역력을 무시하고 당장 눈에 보이는 증상만을 없애려는 것이 현대의학이다. 환자가 갈등, 분노 등의 정신적 스트레스나 피로, 약의 부작용 등의 육체적 스트레스를 받아도 면역력이 약해지기 때문에 질병에 제대로 대처하지 못하게 되어 열을 만들어내지 못한다.

2. 악마가 전해준 지팡이!

지금까지의 설명과 같이 염증과 열, 통증은 정상적인 면역 활동이기 때문에 항상 외부침입자를 방어하기 위해 가벼운 염증 등은 유지할 필요가 있다. 특히 유아는 면역체계가 만들어지는 시기여서 소염진통제로 염증반응을 억제하게 되면 면역체계는 치명적으로 약해진다. 게다가 혈관을 수축시키면서 열과 염증을 만들어내는 천연의 호르몬인 프로스타글란딘은 염증 유발 외에 위장의 내벽을 보호하는 작용도 한다. 그런데 소염진통제로 인해 프로스타글란딘의 생성이 방해를 받기 때문에 염증 등이 일어나지 않으며 동시에 위장 출혈을 일으키기도 한다. 특히 타이레놀은 간암, 신장암, 혈액암 등을 일으키는 부작용이 심각해 전 세계 보건당국이 조심스럽게 취급하는 의약품 중의 하나다. 그러나 일반슈퍼에서도 손쉽게 구입할 수 있는 미국에서는 연간 평균 56,000건의 부작용 사례가 보고되며 그 중 연평균 450명이 타이레놀의 직접적인 부작용으로 사망한다. 반면 슈퍼판매를 금지하고 있는 프랑스에서는 연간 5,000건의 부작용과 6명의 사망자가 보고된다. 아스피린이나 부루펜의 경우도 거의 비슷하다.[26] 현재까지 우리나라에서도 타이레놀의 슈퍼판매가 금지돼 연간 200여 건의 부작용이 보고되고 있으나 2012년부터 슈퍼판매가 허용되었기 때문에 그 부작용은 상상만 해도 끔직하다. 펜잘, 게보린, 사리돈, 옥시타이레놀 등의 이름으로 판매되는 약이 타이레놀이다.

합성 코르티손(스테로이드 계열의 호르몬)은 혈류의 흐름을 억제해 염증반응을 일으키는

---

⑪ 인간 광우병, 산발성 크로이츠펠트 야콥병, 알츠하이머병은 해부학상으로 뇌에 끈적끈적한 아밀로이드 액체가 가득하고, 단백질구조가 뒤틀린 상태와 임상학상으로 전신마비, 기억상실, 정신이상, 사망이라는 동일한 증상을 나타낸다. 따라서 인간광우병인지, 알츠하이머병인지 구별할 수 있는 유일한 방법은 뇌를 부검하는 방법뿐이다. MRI촬영을 통해서도 CJD는 거의 진단할 수 없다. 뇌를 부검해서 스펀지 같이 구멍이 숭숭 뚫려 있으면 인간광우병이고, 그렇지 않으면 단순한 알츠하이머병(치매)이다. 그러나 유족들은 대부분 떠난 사람의 뇌를 부검하는 것을 원하지 않을 뿐더러 부검은 의료보험 대상도 아니다. 게다가 미국에서는 1995년부터 범죄와 관련된 경우를 제외하고, 질병 판단을 목적으로 하는 부검은 법으로 금지하고 있다.

미국은 크로이츠펠트야콥병(인간광우병)을 네 가지로 분류하는데 크로이츠펠트 야콥병이 쇠고기를 섭취한 것이 직접 원인이 되어 발병한 것이 과학적으로 확인된 경우에만 변종 크로이츠펠트 야콥병(인간 광우병, vCJD)으로 분류하고, 가족 중 2명 이상이 발병한 경우는 유전적인 경이유라 하여 가족성 크로이츠펠트 야콥병(fCJD)으로, 병원에서 이식수술 또는 인간 성장호르몬을 투여하는 과정에서 감염된 경우는 의원성 크로이츠펠트 야콥병(iCJD)으로, 그리고 원인이 밝혀지지 않은 경우는 산발성 크로이츠펠트 야콥병(sCJD)으로 분류해 인간 광우병에서 제외하고 이를 모두 알츠하이머병으로 분류하고 있다. 그러나 사실 이 네 가지 병은 모두 동일한 병이다. 이 때문에 현재 미국에서는 인간 광우병 환자는 발생하지 않고 알츠하이머환자는 급증하고 있는데 사실은 인간 광우병의 발생 사실을 숨기려는 것이다.

인간 광우병의 실체에 대해서는 필자의 저서 “병원에 가지 말아야 할 81가지 이유”에서 자세하게 논하고 있다.

백혈구인 프로스타글란딘의 이동을 차단해서 통증을 가라앉히는 진통제로, 면역체계의 핵심인 백혈구를 차단하기 때문에 면역력이 약해진다. 따라서 코르티손도 다른 호르몬제와 마찬가지로 복용을 중단하면 증상은 이전보다 더욱 악화되므로 평생 약을 복용해야 하고, 반면 코르티손을 계속 복용하면 신부전증, 간부전증, 폐부전증, 각종 암, 뇌출혈, 고혈압, 당뇨병, 골다공증 등 심각한 부작용이 따르는 악순환이 계속된다. 그러나 이 약이 진통효과가 강력하다는 이유로 주류의사들은 통증을 수반하는 대부분의 환자에게 이 약을 투여한다. 고혈압, 뇌졸중, 당뇨병, 관절염, 심장병, 성기능장애 등 모든 만성질환은 원인이 동일하다. 합성화학물질과 중금속에 의한 육체적 스트레스와 정신적 스트레스! 육체적 스트레스로 교감신경이 긴장하면 과립구가 늘어나고, 늘어난 과립구는 염증을 일으키는 사이토카인이라는 활성산소를 배출해 관절염 등을 유발시킨다. 이 때 관절염을 치료하기 위해 스테로이드 계열의 소염진통제를 복용하면 교감신경은 더 큰 자극을 받아 사이토카인은 더 증가한다.

스테로이드는 인체의 부신피질에서 생성되는 천연호르몬이지만 외부에서 투여하는 스테로이드는 합성화학물질이다. 결국 아무리 건강한 사람이라도 1~2년간 스테로이드를 투여하면 인체의 '항상성' 원리에 의해 체내에서 더 이상 스테로이드와 테스토스테론 등의 호르몬을 생성하지 못하게 되어 현기증, 근육경련, 염분결핍, 구토, 탈수, 골다공증 등의 증상을 일으킨다. 우리가 질병에 걸렸을 때 부신은 더 많은 호르몬을 생성하게 되는데 스테로이드 계열의 합성화학물질에 의해 그 기능을 잃게 되어 결국 면역체계는 완전히 무너지고 만성질환으로 발전하게 된다. 마법의 진통제인 스테로이드를 주류의사들은 운동선수들에게 운동 중 통증을 막고 근육을 강화시켜준다는 이유로 무차별 처방했다.⑫ 결국 우리나라의 유명한 레슬링 선수인 김일은 말년에 십여년을 암과 근육마비로 고통스럽게 보냈고, 미국의 근육질로 유명했고 캘리포니아 주의 주지사를 역임했던 아놀드 슈왈제네거는 각종 불치의 병으로 고통을 겪고 있다. 골프 신화를 창조했던 타이거 우즈도 아킬레스건이 파열되면서 치료제로 코르티손을 사용했다가 계속해서 부작용을 일으키는 것으로 알려져 있다. 축구선수 펠레도 말년은 역시 비참하다.

항체에 대해 항체를 만드는 류머티스 인자는 정상적인 항체에 결합하여 커다란 단백질 덩어리를 만든다. 이것이 혈관벽과 무릎, 손목, 발목 관절에 쌓이면서 심한 염증이 만성적으로 발생한다. 염증이 심해지면 관절이 파괴되고 불구자가 되며 결국 사망하게 된다. 그러나 자가면역질환을 앓는 환자에게 면역력을 향상시키기 위해 기생충 알을 투여하는 등의 전통적 치료로 완치되는 경우는 많다. 기생충이 분비하는 단백질 PfEMP1이나 IL-22는 각 기관에 점막을 형성해 활성산소의 공격을 막아주어 염증을 치료해주고 면역력을 강화시켜주는 것으로 밝혀졌다. 이 때문에 유럽 등에서는 암환자나 관절염환자에게 기생충 알을 투여해 면역력을 증가시켜 암 등을 치료하는 방법을 많이 쓰고 있다. 그러나 합성호르몬 코르티손은 면역체계를 억제하는 작용을 하는 약으로, 환자들의 질병을 치료하는 데는 실패했지만 지금도 여전히 주류의사들은 이 진통제를 선호한다. 의사들의 무지를 감춰주는 마법의 탄환으로... 이미 1950년대부터 이 호르몬제가 대증요법으로 일시 통증만 억제해줄 뿐이라는 사실과, 치명적인 부작용이 다양하게 보고되면서 의사들에게 처방을 경고하기 시작했지만 주류의사들은 눈과 귀를 닫은 채 아직도 탐욕만 불태운다.

코르티손을 투여 받은 환자들이 진통을 느끼지 않는다는 것을 알게 되자 의사들은 아무런 임상실험도 거치지 않은 채 과민성쇼크, 암, 간질, 눈병, 위장질환, 간질환, 다발성경화증, 알레르기 비염, 피부질환, 갑상선질환 등 모든 질병에 투여했다. 그러나 이렇게 투여된

⑫ 필자의 저서 "병원에 가지 말아야 할 81가지 이유"에서 자세하게 논하고 있다.

코르티손은 곧 바로 위와 척추, 골수 등을 파괴하기도 하고, 당뇨병과 우울증, 고혈압, 비만, 암, 골다공증을 유발하는 등의 부작용을 일으키기 시작했다. 코르티손으로 인해 야기되는 부작용을 완화시켜주는 또 다른 진통제, 당뇨병 치료제, 항암제 등과 함께...

어떤 남자가 언젠가부터 갑자기 목이 부으면서 침을 삼키기가 어려워지고, 며칠 후부터는 눈까지 붓기 시작하면서 두통도 일어났다. 그는 내과로 가서 약을 처방받아 복용했지만 증세가 호전되지 않자, 이번에는 안과로 갔다. 의사는 여러 가지 검사를 끝내고 나서 심각한 안질환이라며 수술을 권했고, 그는 눈 수술을 했다. 그래도 아무런 효과가 없자 다음에는 정형외과에 갔다. 의사는 역시 여러 가지 검사를 하고 나서 목 디스크라며 수술을 해야 한다고 권했다. 그는 목 디스크 수술을 했지만 그래도 차도가 없었다.

다음에 그는 심장외과에 갔는데 역시 여러 가지 검사를 하고 나서 심장의 관상동맥 질환으로 인한 것이라며 관상동맥우회술을 급히 받아야 한다고 권했다. 역시 그는 수술을 했지만 아무런 차도가 없었다. 마지막으로 정신과에 들렀더니 심각한 정신질환이라며 입원할 것을 권했다. 그는 몇 개월 입원을 하고 팍실을 복용하며 우울증치료를 했지만 역시 아무런 차도가 없었다.

결국 모든 것을 포기하고 불치병을 운명으로 받아들이며 살기로 마음먹은 그는, 하루는 백화점으로 넥타이를 사러 갔다. 그곳에서 넥타이를 비교하고 있는데 여직원이 하는 말,

"손님의 넥타이가 조금 짧네요."

"넥타이가 조금 짧으면 뭐 어때요. 그래도 전 이게 맘에 들거든요."하니,

그 여직원이 또 하는 말.

"넥타이가 짧으면 목에 꽉 매게 되고, 그러면 목이 붓고, 침을 삼키지 못하고, 나중에는 눈도 붓게 돼요."[27]

4장. 전체를 보는 전통의학.

전통의학으로 암을 치료하는 경우에 화학요법이나 방사선치료를 받은 환자들은 이미 면역체계가 거의 파괴되어 치료가 어렵거나 불가능한 경우가 많다. 암을 극복한 사람들의 얘기도 공통적인 것은 화학요법과 방사선치료를 거부하고 음식과 침과 약초로 치료하는 전통의학에 의지한 경우다. 면역은 과학으로 규명할 수 없는 신비로운 영역이다. 인체에 세균이 침입하면 항체가 초당 2,000개 씩 만들어져 세균에 대항하다가 약 3일째가 되는 날에 항체생산은 극에 달하게 되고, 7일 정도가 지나면서 면역세포인 T-세포 생산이 정점에 달한다. 따라서 대부분의 가벼운 질병은 7일을 전후로 해서 낫게 된다. 이렇게 대량으로 만들어져 세균을 이겨낸 T-세포는 대부분 스스로 사라지지만 일부는 몸속에 남아 다시 침입하는 동일한 세균을 인식하고 공격한다. 따라서 한번 병을 이겨낸 사람은 다시는 같은 병에는 걸리지 않게 된다. 그래서 후두염과 중이염, 기관지염에 걸렸을 때 항생제를 복용하면 치유되는데 일주일 걸리고, 항생제를 복용하지 않으면 7일 걸린다고 한다.[28]

면역체계가 강한 사람은 새로운 형태의 바이러스가 등장해도 일정 시간이 지나면 항체를 만들어 낼 수 있다. 인체가 질병에 걸리면 어느 한 가지를 따로 떼어서 고칠 수 없고, 반면에 인체의 면역체계가 회복되면 어느 한 가지 질병이 아니라 모든 질병이 사라지게 된다.

따라서 몸 전체를 하나의 생명체로 바라보며 조화를 유지시켜야 한다. 이것이 질병에 걸린 어느 한 부분을 따로 떼어서 절제하고 진통제를 투약하는 현대의학과 전통의학의 차이다. 동맥의 90퍼센트가 막혀서 급히 관상동맥우회술을 실시하지 않으면 생명이 위험한 환자가 있었다. 그러나 그는 수술과 의약품을 거부하고 약초와 과일, 채소로 치료하는 전통의학 치료법을 택했다. 그녀는 산소 공급을 받아야 잠을 잘 수 있었고, 남의 도움을 받지 않고서는 방 밖으로 나갈 수도 없을 정도로 중증이었다. 그러나 2년 후 그녀의 주치의는 그의 동맥이 100퍼센트 깨끗해졌으며 정상적으로 활동하고 있음을 확인했다.[29] 절제수술과 진통제로 치료하는 현대의학이 아니라 자연에 따른 전통의학을 택한 결과였다.

그러나 현대의학이라는 신흥종교에 빠져 있는 주류의사들은 이 같은 치료의 결과를 단지 우연이라고 하며 전통의학에 의한 치료 사실을 부인한다. 음식으로 치료한다는 것을 인정하게 되면 그들의 무지와 탐욕은 만천하에 드러나게 되고, 또한 음식이나 약초 등은 그들이 지하에 쌓고 있는 황금탑과 연결되지 않기 때문이다. 그들은 늘 녹음된 말을 되풀이 한다. “고도의 수술로 잘라내고, 항암제를 투여하고, 방사선을 쪼여도 못 고치는 암을 음식이나 약초로 치료한다는 것은 너무도 비과학적이다.” 대부분의 의사들은 만성질병에 대해 원인을 모르기 때문에 치료에 있어서는 합성 마약인 진통제를 선호한다. 당장의 증상만이 없어지면 치료된 것으로 생각하기 때문이다. 처방약인 합성 스테로이드를 며칠간 발 무좀⑬에 발라 무좀의 증상이 다소 없어지면 설령 부작용으로 간 기능이 약화되어도 치료로 보는 것이 현대의학의 대증요법이다. 심지어 발 무좀을 치료하기 위해 발가락을 절단하는 주류의사까지 있으니 얼마나 무지하고 끔직한 일인가?

사실 생명체가 질병에 걸릴 경우 어느 한 부위에 증상이 나타난다고 해서 병의 원인이 반드시 그 부위에만 있는 것이 아니다. 우리 몸은 전체가 순환계로 연결되어 있기 때문에 질병의 원인은 다른 부위의 이상일 수도 있다. 발가락의 무좀에 과도한 스테로이드 연고를 처방해 간에 이상이 올 수도 있다. 이 때 원인인 무좀을 치료하지 않고 간질환치료제를 처방하거나 간이식수술을 하는 것이 얼마나 어리석은 치료인가? 따라서 전체의 조화를 유지하며 면역력으로 치료해야 함에도 현대의학은 오로지 증상이 나타나는 곳에만 집중하고 전체를 보지 못한다. 나무만 보고 숲을 보지 못하는 꼴이다. 합성화학물질의 부작용으로 발병하는 모든 만성질병은 어느 한 곳에서만 증상을 보이지 않는다. 전체가 같은 속도로 파괴되고 증상이 나타나기 때문에 증상이 나타난 어느 한 곳만을 치료하는 것은 진정한 치료가 아니다.

이는 현대의학이 환원주의에 빠져 이비인후과, 신경과, 안과, 내과, 혈액과, 종양과 등 20여개의 분과로 나누어져 각자 그 부분에만 집중하기 때문이다. 내과만 해도 순환기내과, 소화기내과, 호흡기내과, 내분비내과, 혈액종양내과, 신장내과, 류머티스내과, 감염내과 등 10여 가지로 분류된다. 그러나 생명체는 전체가 서로 연결되어 있기 때문에 간에서 몇 개의 분자와 관련된 화학반응이 제대로 이뤄지지 않으면 그 결과 심장마비가 일어날 수도 있고 눈 질환이 일어날 수도 있다. ‘나비효과⑭’인 것이다. 대부분의 질병을 의학적 경험과 지식이

---

⑬ 무좀이나 습진 치료제는 대부분 합성 스테로이드를 주성분으로 한다. 합성 스테로이드는 마약의 일종으로 강력한 진통제이기 때문에 일시적으로 가려움이나 쓰라림 등을 완화시켜주지만 장기적으로는 피부를 통해 스며들어 간, 신장, 폐, 심장 등을 파괴한다. 따라서 무좀치료제를 장기간 투약하는 사람은 관절염, 당뇨병, 고혈압, 간부전, 신부전 등에 걸릴 위험이 높아진다. 필자도 20년 정도 발에 습진을 앓아 왔지만 약과 가공식품을 중단하고, 외출할 때 외에는 양말을 신지 않는 등으로 독소를 제거하자 1년 정도 지나면서 거의 호전된 상태다.

⑭ 미국의 기상학자 에드워드 N. 로렌츠가 처음으로 발표한 이론으로 ‘작고 사소한 사건 하나가 나중에 커다란 효과를 가져온다.’는 의미다. 로렌츠는 컴퓨터를 사용하여 기상현상을 분석하는 과정에서 초기의 미세한 차이

아닌 '기계에 의해 나타나는 수치'로 진단하고, 수치로 나타난 질병을 합성화학물질인 약과 수술로 치료하려는 것이 현대의학의 근본 오류다.

예를 들어 전통의학에서 침은 인체의 혈관 또는 호르몬선에 자극을 주어 혈류를 개선시키고, 또한 천연 호르몬인 코르티솔이나 아세틸콜린, 엔돌핀 등의 분비를 유도해 면역력을 증가시켜 치료하는 방법으로 부작용이 거의 없다. 그러나 이러한 침술효과에 대해 주류의사들은 철저히 부정한다. 천식치료제의 효과가 플라시보에 비해 8퍼센트 높게 나타나자 주류의사들은 환호성을 질렀다. 그러나 목 디스크로 고통을 겪고 있는 환자들을 상대로 실시한 비교실험에서 침술의 효과가 약이나 주사에 비해 12퍼센트 높게 나왔지만 주류의사들은 통계상 의미 없는 수치라고 일축했다.[30)]

천연의 음식이나 약초로 전체를 부작용 없이 치료하는 것이 진정한 치료다. 암이나 신부전증, 심장질환, 고혈압 등 만성질환을 앓고 있는 환자들의 대부분은 결국 패혈증이나 만성염증으로 눈을 감는다. 패혈증은 몸 전체에서 동시에 일어나는 염증으로 심장, 간, 신장 등을 순식간에 파괴시켜 죽음에 이르게 한다. 주류의사들은 이러한 패혈증이 박테리아에 의한 것으로 이해하고 패혈증이 나타나거나 혹은 나타날 가능성이 있다고 판단되면 미리 예방차원에서 강력한 항생제를 처방하는 경우가 많지만 사실 패혈증은 박테리아에 의해 일어나는 것이 아니다. 각종 항암제, 항생제, 스테로이드, 호르몬치료제 등의 의약품이나 가공식품을 통해 인체로 들어오는 합성화학물질에 의해 면역체계가 파괴된 결과로 나타나는 증상이다. 면역체계가 무너졌기 때문에 가벼운 세균이 들어와도 이를 이겨내지 못하는 것이다. 암이나 심장병, 신장질환 등의 만성질환자에게 마지막으로 나타나는 패혈증으로 인한 사망자는 약과 가공식품의 소비량 급증과 같은 속도로 급증하고 있다.

5장. 노화의 원인, 활성산소!

야채, 과일 등에 풍부한 항산화제는 산소에서 발생하는 활성산소(유리기)⑮가 우리 몸을 손상시키지 못하도록 보호해 준다. 체내의 세포들은 호흡할 때나 음식을 소화시켜 에너지를 만들어 낼 때에도 산소를 이용하며, 우리 몸에 들어온 병원체나 합성화학물질 등 이물질을 물리치는 과립구를 생성할 때도 활성산소가 필요하다. 그러나 이렇게 몸 전체에서 만들어진 활성산소는 세포막을 손상시키고, 호르몬에 이상을 일으켜 당뇨병, 신부전증 등을 일으키고, 암도 유발시키며, 심장마비도 일으킨다. 활성산소의 이중성이다. 이런 이유로 활성산소를 없애준다는 약이나 보충제를 복용하면 과립구가 크게 줄어들어 세균을 제대로 처리하지 못하게 되고 결국 활기를 잃게 되어 심각한 우울증에 빠지기도 한다.

가 시간의 흐름에 따라 점점 커져서 결국 엄청나게 큰 차이가 난다는 것을 발견했다. 브라질에 있는 나비의 날개짓이 미국 텍사스에 토네이도를 발생시킬 수도 있다는 것이다. 1달 후나 1년 후의 정확한 기상예보가 불가능하고, 주식시장이나 경기의 장기적인 예측이 불가능한 것도 나비효과가 영향을 미치기 때문이다.

⑮ 원자의 핵은 쌍으로 된 전자에 의해 싸여 있다. 만약 핵을 둘러 싼 원자에서 전자 하나가 없어져서 쌍을 이루지 못하면 그 원자는 불안정한 상태가 되어 주위의 세포막이나 유전자로부터 전자를 빼앗기 위해 활성화되는데 이러한 활성산소를 유리기라 한다.

활성산소는 우리가 호흡한 산소가 에너지를 만들고 물로 환원되는 과정에서, 즉 음식을 소화시키는 과정에서 나타나는 산화찌꺼기로 노화나 동맥경화, 암등의 원인으로 알려져 있다. 대사과정에서 발생하거나 스트레스, 자외선, 세균에 의해서도 만들어진다. 대기 중에는 21퍼센트가 산소로 구성돼 있는데 우리가 호흡하는 산소의 2퍼센트 정도가 활성산소로 되고, 그 정도의 양은 세균이나 화학물질로부터 몸을 지켜주지만 너무 많이 발생하면 정상 세포까지 공격, 각종 질병과 노화를 유발한다. 즉, 환경오염과 화학물질, 중금속, 자외선, 혈액순환장애, 스트레스 등으로 과잉 생성된 활성산소는 인체에서 DNA의 유전정보를 파괴하고 세포막을 붕괴하며 비정상적인 세포단백질을 형성한다. 산소를 과다하게 흡입하면 치명적인 독으로 작용하는 것이 이 때문이다. 반면 면역세포가 이물질을 공격할 때 사용하는 무기도 활성산소다. 따라서 야채와 과일, 맑은 물, 신선한 공기 등으로 체내의 산소를 적절히 유지하면 면역력이 강화되면서 활성산소를 정상으로 유지할 수 있다.

우리가 채식위주의 합리적인 식단을 갖출 때 우리 몸에는 항산화제가 많이 흡수되어 활성산소로부터 건강을 지킬 수 있다. 항산화제인 카탈라아제 등은 활성산소를 분해해 과산화수소(H_2O_2)⑯로 변화시키고 이를 다시 무해한 물과 산소로 분해하여 몸 밖으로 배출시킴으로써 활성산소의 공격으로부터 우리 몸을 지켜준다. 특히 보리, 콩나물 등 대부분의 녹색식물에 많고, 우리 몸의 세포막, 혈관, 미토콘트리아 등에서 스스로 생성해 내기도 하는 항산화제인 SOD(Superoxide Dismutase)나 카탈라아제(CAT), 글루타티온 등이 부족하면 우리 몸 안에 흡수된 아연, 망간, 마그네슘, 구리 등 미네랄을 이용하지 못해 면역체계가 약해져 활성산소를 적절하게 활용하지 못한다.

그런데 미네랄은 대부분의 비타민과 같이 우리 몸이 생성해 내지 못하므로 채소나 과일, 물을 통해 보충해야 한다. 활성산소를 막아주는 SOD는 세포핵을 가지고 있는 모든 식물에 존재하는데 광합성 작용을 하는 식물은 산소를 만들어 내는 과정에서 활성산소가 과도하게 생성되므로 스스로 자기 생명을 지키기 위해 비타민, 탄닌⑰ 등의 SOD도 풍부하게 만들어 낸다. 야채, 과일 등에 항산화제가 풍부한 까닭이 이 때문이다.

반면 스트레스로 인해 인체의 교감신경이 자극을 받을 때 과다 분비되는 림프구는 활성산소를 만들어 암세포나 이물질을 파괴하지만 여분의 활성산소는 조직을 파괴하고 지방을 산화시키기도 한다. 이렇게 산화된 지방이 심장질환, 고혈압 등을 일으키는 '나쁜 콜레스테롤(LDL, 과산화지질)'이다. 조직을 파괴하고 염증을 일으키는 활성산소의 반감기는 보통 8분 정도로 매우 짧은 데 반해 인체 내의 지방이 활성산소에 의해 산화되어 만들어진 물질인 과산화지질은 한 번 생성되면 몸 밖으로 배설되지 않고 몸 안에 축적되어 오랜 기간 동안 각종 질병을 유발시킨다. 나쁜 콜레스테롤의 주요 원인은 거짓 의학이 만들어낸 트랜스지방으로 합성지방인 마가린, 쇼트닝, 올레스트라 등과 활성산소를 대량으로 만들어내게 하는 의약품이다.

6장. 나노입자가 지구를 덮고 있다.

요즘은 합성화학물질에 대한 비난의 목소리가 커지자 산업계는 은밀히, 아주 은밀히 나노입자로 대체 중이다. 2012년 현재 나노입자와 관련된 특허만 210만 개가 넘는다. 1나노미터는 10억분의 1미터로 사람 머리카락 굵기의 약 10만분의 1크기 입자를 가리킨다. 나노입자로 만들어진 물질은 현재 2,000가지가 넘고, 우리나라에서 상품으로 만들어진 것만 해도 5만 가지를 넘는다. 나노입자로 만들어진 물건은 빛의 파장이 불안정해지면서 색깔이 변하게 된다. 그리고 입자가 작아지므로 표면적이 늘어나기 때문에 화학적 반응이 더 잘 일어나게 된다. 예컨대 나노입자로 된 합성첨가물인 '실리디옴디옥시드'라는 물질을 케첩에 첨가하면 작아진 분자에서 생기는 점성 때문에 감자튀김 위에 케첩이 한꺼번에 쏟아지지 않고 병에서 천천히 흘러나오게 되고, 또한 나노입자 때문에 케첩의 색깔이 더욱 빨갛게 보여 신선한 느낌을 주게 된다. 또한 자외선 차단제 등 화장품과 궤양치료제 등 의약품의 원료로

⑯ 과산화수소수는 박테리아를 죽이는 소독제, 얼룩을 제거하는 표백제, 치아미백제, 머리염색약, 또는 로켓연료로 쓰이는 합성화학물질로 독성이 강해 피부에 닿으면 화상을 일으킨다. 반면 인체 내에서도 활성산소를 억제하는 과정에 천연의 과산화수소가 매일 30그램 정도 합성되지만 몸 안의 영양소나 효소의 상호작용에 의해 물과 산소로 분해돼 아무런 해를 주지 않고 몸 밖으로 배출된다. 따라서 자연의 음식을 섭취하는 원주민들의 치아가 건강하고 하얀 이유는 이러한 과산화수소의 표백작용 때문이다.

⑰ 감, 차 등 떫은맛을 내는 탄닌은 식물에 많이 들어있는 성분으로, 인체의 녹이라고 하는 과산화지질을 분해하여 암, 동맥경화, 심장질환, 간질환, 백내장 등을 예방해주는 강력한 작용을 한다. 카페인, 리그닌 등과 같은 폴리페놀의 일종으로 바이러스질환이나 염증질환을 막아주는 효과도 탁월하다. 또한 단백질과 결합하여 변성시키는 성질도 있어 가죽을 부드럽게 하는데 이용하기도 한다.

사용되는 ‘티타늄디옥시드’나 ‘알루미늄실리케이트’라는 나노입자를 샐러드소스에 첨가하면 역시 더욱 밝은 색상을 띠게 되어 신선한 느낌을 주게 된다. 아이스크림이나 사탕 등의 색을 하얗게 변화시켜 먹음직스럽게 만들어주는 화학물질은 나노입자인 이산화티탄이다. 이산화티탄은 코발트를 섞어 만드는 물질로 자외선차단제, 페인트, 치아미백제, 자동차도장제 등에 사용하는 공업용원료다.

그런데 나노입자가 위험한 까닭은 극도로 입자가 작기 때문에 인간의 통제에서 벗어난다는 사실이다. 나노입자는 분자가 작아지면서 바늘 같은 형태를 띠고 있으며 산소분자보다도 작아 보호마스크로도 걸러 내지 못해 폐와 간 등의 기관에 축적되기 때문에 ‘21세기의 석면’으로도 불린다. 나노입자는 입자가 너무 작기 때문에 폐의 입구에서 이물질이 폐로 들어오는 것을 막아주어 문지기 역할을 하는 폐 섬모의 방어막을 손쉽게 뚫고 들어가 곧 바로 폐 조직으로 침투해 혈소판을 파괴해 혈액을 끈적이게 만드는 등 각종 치명적인 질병을 유발시킬 가능성이 높다. 그리고 폐와 혈액 속으로 들어온 나노입자는 바늘 모양이기 때문에 혈관 벽 곳곳에 꽂혀 염증을 일으키고 폐암을 유발할 위험이 높다. 게다가 화장품, 자외선차단제 등에 들어 있는 나노입자는 땀구멍보다 훨씬 작아 쉽게 세포 속으로 침투할 수 있다. 이렇게 쉽게 피부 속으로 침투하는 성질을 이용해 ‘피부에 쉽게 침투하는 화장품’이라고 선전하고, 이를 소비자들은 효능이 좋은 것으로 알고 고가로 구입한다. 그러나 사실 나노입자가 쉽게 피부 속으로 침투한다는 사실은 나노입자에 쉽게 노출되어 위험하다는 의미다. 그럼에도 불구하고 미국 환경보호청(EPA)은 규제완화라는 유령에 휩싸여 있기 때문에 2.5마이크로미터 이상의 물질에 대해서만 규제하고 그 보다 더 작은 크기의 나노물질에 대해서는 산업체의 양심에 맡기고 있다.[31] 현재 우리나라에서도 화장품, 가공식품, 의약품, 가정용품 등에 광범위하게 사용되고 있지만 아무런 규제를 하지 않고 있다.

나노입자는 음식첨가제뿐만 아니라 살균제로도 많이 사용된다. 고대로부터 살균제로 사용해온 은을 나노입자로 만들면서 의류, 기계, 가구 등 대부분의 살균제로 사용하고 있다. 그러나 자연의 은이나 은이온 보다 은나노입자는 그 독성이 45배나 강하기 때문에 미국 환경청은 환경을 파괴하는 유해물질로 규정하고 있지만 규제완화 정책으로 인해 규제는 전혀 하지 않고 있다. “유해물질이니 알아서 조심하라.”는 말이다. 강독성의 은나노물질이 특히 문제되는 것은 환경에서 유기물질을 분해해 생태계로 환원시키는 토양 박테리아를 파괴한다는 것이다. 뿐만 아니라 은나노입자는 토양의 박테리아만 파괴하는 것이 아니라 은나노세탁기, 은나노항균제 등을 통해 은나노입자가 대량으로 대기 중에 분산되면서 우리의 폐와 간, 신장 등을 크게 파괴할 우려가 제기되고 있다.[32] 이 때문에 나노입자는 합성화학물질만큼이나 우리의 면역체계를 크게 손상시키며 각종 질병을 일으킬 수 있다.

바늘 모양을 하면서 강독성을 일으키는 은나노입자는 물, 공기, 생활용품 등에 광범위하게 퍼지기 시작하면서 봄날의 아지랑이와 같이 우리의 코, 입, 피부를 통해 손쉽게 체내에 들어와 치명적인 질병을 일으킬 위험이 크지만 치료가 거의 불가능하다는 것이 문제다. 한번 유입된 나노입자는 배출이 거의 불가능하기 때문이다. 반면 알루미늄 나노입자는 공기와 접촉하면 쉽게 폭발하기 때문에 화재에도 무방비 상태가 된다. 또한 중요한 문제는 나노입자가 대부분 금속으로 만들어진다는 사실이다. 설령 천연의 금속을 원료로 사용한다 해도 분자의 크기를 줄이기 때문에 자연에 존재하지 않는 물질로 변한다. 천연의 물질과 분자식이 같다고 해도 분자의 크기나 모양 등 물리적으로 다르게 되면 이것은 전혀 화학적으로 다른 물질이다. 자연의 물질이 아닌 경우에는 우리의 면역체계는 이를 처리하지 못해 소화도 배출도 시키지 못한다.

특히 가공식품에 첨가되는 합성단백질의 구조가 꽃가루 단백질의 구조와 비슷하기 때문에 가공식품의 합성단백질에 이상 반응을 보였던 면역체계는 꽃가루에도 즉시 이상 반응을 보여 항체를 만들기 때문에 천식이나 비염 알레르기, 신경성 피부염 등의 환자가 크게 늘어난다. 현재는 합성비타민도 나노입자로 만들고 있다. 합성비타민이 체내에서 소화되지 않는다는 점을 개선시키기 위해 효소의 수용체로 쉽게 흡수되도록 나노입자로 만든다. 그러나 합성비타민이 만일 체내에서 흡수된다면 그 위험은 흡수되지 않고 지방층에 축적되는 경우보다도 수십 배 더 많은 질병을 일으킬 것은 뻔한 사실이다. 게다가 요즈음은 나노입자를 치아대체용으로도 사용하고 있다. 임플란트의 부작용이 심해 환자들이 시술을 꺼려하자 치과의사들은 나노입자를 이용한 나노플란트를 사용하고 있다. 그러나 임플란트의 주원료인 수은이나 베릴륨 등의 발암물질 나노입자는 쉽게 입안으로 방출되고 또한 그 모양이 바늘모양을 하고 있어 폐, 간, 신장, 심장, 혈관, 뇌 등에 침투할 위험이 크고 한번 침투하면 제거가 불가능하기 때문에 치명적인 물질로 문제되고 있다.

제2부. 자연의 음식은 천연의 약이다.

나는 10대 후반 고등학교과정을 독학할 당시인 1970년대 후반에 3년간 양계장에서 일하며 혼자서 13,000마리의 산란용 닭을 키운 적이 있다. 새벽 4시에 일어나 5채 양계장의 불을 켜고 나서 바로 사료와 물을 준다. 매끼 사료를 줄 때마다 사료 통에 사료를 3~4포대 붓고 거기에 3~4가지의 가루와 물로 된 비타민제, 단백질제, 산란촉진제라는 이름의 항생제와 성장호르몬을 골고루 섞는다. 물론 물통에도 항생제를 매일 섞는다. 점심에도, 저녁에도 사료와 물을 줄 때는 항상 항생제 등을 섞는다. 가끔 종류가 바뀌기는 했어도 약을 섞는 일은 빠지지 않았다. 이렇게 약을 투여하면 평균 일주일에 5개 정도 계란을 생산하지만 약을 투여하지 않으면 일주일에 3개 정도 생산한다. 사료와 함께 약을 먹은 닭은 생명유지에 필요한 영양소만 빼고 모두 계란을 생산하는데 동원되기 때문에 닭들은 모두 야위어 있다. 아마 한 가지는 살이 찌지 않게 하는 약인가보다.

그리고 밤 12시가 되면서 양계장의 불을 끄면 하루 일과가 마무리된다. 병아리 때는 많이 먹고 빨리 자라게 하기 위해 24시간 불을 켜둔다. 닭은 주행성동물이라 빛이 없으면 심지어 쥐가 자신의 배를 갉아 먹어도 꼼짝을 하지 않을 정도로 아무 활동을 하지 않는다. 닭장에 사람이 나타나면 혹시 모이를 주려는 것으로 알았는지 아니면 자신들을 해하려는 줄 알았는지 푸드덕거리던 녀석들도 불을 꺼 깜깜해지면 신기하게도 쥐죽은 듯 잠잠해진다. 그래서 하루 일과를 시작하는 새벽 4시에 불을 켜고 일이 끝나는 밤 12시에 불을 끈다. 자연상태에서 닭은 동이 트는 아침 5시 경부터 어둠이 깔리는 저녁 9시 경(겨울에는 아침 6시~저녁7시)까지 활동하는 것이 정상이지만 알을 많이 낳게 하기 위해 계절에 상관없이 일조량을 인공적으로 늘려준다. 생명이 이어질 수 있을 정도로만 잠을 재우고 나머지는 모두 계란 생산에 동원되는 것이다.

그리고 3~4개월 정도의 생의 주기를 마쳐 산란을 끝낸 닭이 도살장으로 가고 처음 병아리가 들어오면 한 마리 한 마리 검사해서 수컷은 폐기하고 암컷만 분류해 병아리 사육장으로 옮긴다. 그곳은 비닐로 만들어진 닭장으로 이곳에서 20일 정도 자란다. 물론 이곳은 마당으로 되어 있지만 바닥은 흙으로만 덮여 있을 뿐 풀이나 벌레는 전혀 없다. 풀이나 벌레는 병아리에게 부족한 영양분을 채워주기도 하고 면역력을 길러주기도 하는 병아리의 이웃

이다. 이곳에서 적당한 크기의 중간 닭이 되면 다른 양계장으로 옮겨져 새장같이 된 2층의 공장식 케이지(Case)에 2마리 씩 가둬 기르기 시작한다. 처음 중닭일 때는 공간의 여유가 있어 움직일 수도 있지만 1개월 정도 더 자라면 몸집이 커지면서 거의 움직일 수 없는 상태가 된다. 이때부터 오로지 사료의 모든 에너지는 계란을 만드는 데 소모된다.

이런 상황에서 닭은 스트레스를 크게 받기 때문에 서로 부리로 공격해 한 마리가 피투성이로 죽어가는 일은 흔하게 발생한다. 때로는 몸부림치다가 목이나 날개가 새장에 끼어 죽는 경우도 흔하다. 거의 매일 하루에 1만 마리당 10마리 이상이 죽어간다. 게다가 양계장 내부는 환기가 제대로 되지 않아 먼지와 거미줄, 닭똥 냄새, 쥐똥 냄새로 호흡이 어려울 정도다. 그나마 겨울에는 창문마저 닫기 때문에 먼지는 한층 심하다. 스트레스를 많이 받은 닭은 면역체계가 약해지면서 질병에 취약해지고 체내에서 코르티손이나 산을 다량으로 분비해 근육을 분해하기 때문에 고기의 질감이나 영양상태가 나빠진다. 특히 코르티손 호르몬은 스트레스를 유발하기 때문에 이것이 들어 있는 고기는 음식으로서는 적절하지 않다. 게다가 닭고기, 돼지고기, 쇠고기 등에는 항생제도 다량 함유돼 있다.

병아리 때부터 시작해서 산란주기를 마칠 때까지 닭에게는 계속해서 항생제가 투여되는데 항생제로 키우면 2달 정도부터 산란을 시작한다. 이때 산란을 시작할 때에 주사제로 된 항생제를 한번 투여한다(양계장에 전염병이 돌 때도 주사제로 항생제를 별도 투여한다). 이렇게 2~3개월 정도 계란 생산을 하면 산란율이 떨어지는데 이때의 닭을 노계라고 하여 15일 정도 산란촉진제 투여를 중단하고 비육촉진제로 살을 찌운 후에 닭고기업자에게 넘긴다. 그리고 곧바로 다시 병아리가 들어온다. 5채의 양계장에는 각각 성장 시기를 달리하는 닭들로 채워져 있다.

1장. 곡물엔 비료를, 가축엔 항생제를.

환원주의에 빠진 현대과학은 식물을 재배하면서 질소, 인산, 칼륨으로 이뤄진 합성비료를 무한정 투여하고 단작을 강요하기 때문에 조화로운 영양분이 결여되어 식물 스스로 병충해를 이겨내는 저항력을 망가뜨렸다. 이로 인해 증가하는 병충해를 없애기 위해 합성화학물질로 만들어진 살충제, 제초제를 살포해야 한다. 식물은 토양으로부터 각종 영양분과 미네랄을 흡수하고 태양에너지를 이용해 새로운 영양분으로 합성해내는 것이 자연의 조화다. 인간에게 단백질, 지방 탄수화물만 공급하면 건강은 어떻게 되겠는가? 수백 가지의 영양분과 미네랄 중 몇 가지만 빠져도 건강은 하루아침에 무너지고 말 것이다. 마찬가지로 식물에게 질소, 인산, 칼륨만을 공급한다면 그 식물은 치명적인 질병에 걸리게 된다. 결국 석유에서 추출해낸 질소, 인산, 칼륨만으로 된 합성비료로 인해 시간이 갈수록 농작물은 영양이 부족해지고, 자연은 진공을 싫어하기 때문에 부족해진 자리에는 화학물질이 쌓이게 된다.

이러한 현상은 가축의 경우에도 동일하다. 오로지 생산성만을 고려한 탓에 가축의 살을 찌우게 하려고 비위생적이고, 비좁은 공간에 가둔 채 곡물사료⑱와 항생제, 성장호르몬, 심

⑱ 소는 초식동물이지만 소 사료의 대부분은 콩과 옥수수로 만든다. 콩의 풍부한 단백질과 옥수수의 풍부한 탄수화물이 소의 성장을 촉진한다는 사실을 알아내면서 과잉 공급되는 콩과 옥수수를 낙농업자들은 반추동물의 사료로 사용하기 시작했다. 소의 반추위는 pH가 중성이어서 곡물을 소화시키지 못한다. 곡물이 반추위로 들어오면 반추위가 산성으로 변하면서 유선염, 고창증, 산중독 등의 질병에 걸리고, 이를 치료하기 위해 테트라사이클린, 루멘신, 타일로신, 술폰아미드 같은 항생제를 투여한다. 질병을 치료하는 데에 쓰일 에너지가 항생제 덕분에 성장에 쓰이게 되면 빨리 성장한다는 사실을 알아냈기 때문이다. 특히 술폰아미드는 인간에게 암을 일으킬 위험이 있는 물질이다. 이렇게 해서 전에 풀을 먹이며 키우던 소는 3년 정도 키워야 도축할 수 있는 상태로 성장하지만, 곡물, 항생제, 성장호르몬, 고기사료 등으로 1년 정도 키우면 도축할 수 있을 정도로 성장한다.

지어 초식동물인 소에게 고기사료⑲를 투여하기도 한다. 가축사료의 대부분은 콩과 옥수수로 만든다. 원래 소, 양 등 초식동물의 반추위는 pH가 중성이어서 탄수화물과 단백질이 풍부한 곡물은 소화시키지 못한다. 콩이나 옥수수 등 곡물이 반추위로 들어오면 반추위가 산성으로 변하면서 유선염, 고창증, 산중독 등의 질병에 시달리게 된다. 그러면 이를 미리 예방하기 위해 처음부터 항생제를 투여하고, 질병이 나타나면 이를 치료하기 위해 과다 투여한다.

1950년대에 주류학자들은 옥수수의 풍부한 탄수화물과 콩의 풍부한 단백질이 소, 돼지, 닭의 성장을 촉진한다는 사실을 알아내면서 과잉 공급되는 옥수수와 콩을 반추동물의 사료로 사용하기 시작했다. 콩과 옥수수를 소화시키지 못해 발생하는 유선염, 고창증 등을 테트라사이클린⑳, 루멘신, 타일로신, 술폰아미드, 이오노포어, 비소 등 인체에는 사용이 금지된 항생제로 치료하면서 말이다. 특히 술폰아미드는 인간에게 암을 일으킬 위험이 있는 물질이고 비소는 강독성의 중금속이다. 목축업자들은 모든 곡물사료 1,000킬로그램에 항생제를 2~3킬로그램씩 투여하기 시작했다. 이렇게 인간에게는 사용이 금지된 항생제가 과다 투여되면서 동물에게 꼭 필요한 좋은 박테리아를 모두 죽이거나 악성으로 변형시키고, 나아가 인간의 면역체계를 무너뜨려 건강을 위협하게 된다. 그러나 아직까지도 제약회사와 주류의 사들은 인체에 치명적인 질병을 유발시키고 현대의학으로 손쓸 수 없는 항생제 내성 박테리아들이, 가축에게 투여한 항생제가 원인이라는 증거가 없다고 주장한다. 그리고 "가축에게 투여하는 항생제는 가축의 대사과정을 통해 분해되기 때문에 인체에는 흡수되지 않는다."며 항생제의 가축 사용을 계속해서 주장하고 있다. 살모넬라와 캄필로박터, O157:H7 등 강력한 독성을 지닌 박테리아가 항생제로 인해 내성을 지닌 악성으로 변형된 것이라는 증거가 여러 번 확인되었음에도 불구하고![33]

현재 미국에서만 매년 1,300만 톤의 항생제를 생산하고 그 중 85퍼센트는 가축에게 투여된다. 2012년 1월 4일과 4월 4일, 뉴욕타임즈는 닭 사육 과정에서 자행되는 충격적인 내용을 기사로 내보냈다. 이에 의하면 "닭 사육업자의 대부분이 일상적으로 페니실린, 타이레놀과 같은 항생제뿐만 아니라 시프로, 플루르퀴놀린 등과 같이 사용이 금지된 항생제도 투여한다. 심지어 치명적인 중금속인 비소까지도 사료에 첨가한다. 이러한 무분별한 항생제와 중금속의 투여는 박테리아와 바이러스에 내성을 일으키고, 인간의 면역체계를 크게 훼손시

⑲ 초식동물에게 고기를 먹인 결과 광우병이 전 세계로 확산되면서 대부분의 나라는 고기사료를 초식동물에게 먹이는 것을 법으로 금지했다. 그러나 미국에서는 "반추동물의 단백질을 반추동물의 사료로 사용하지 못한다."고 규정했다. 따라서 반추동물인 소, 양 등의 고기를 반추동물이 아닌 돼지, 닭, 개, 고양이 사료로 만들어 투여하는 것은 허용되고, 이를 먹고 자란 돼지, 닭, 개, 고양이의 고기를 반추동물인 소나 양의 사료로 만들어 투여하는 것은 허용하고 있다. 그리고 단백질이 아닌 지방과 혈액에 대해서는 예외규정을 두고 있어 반추동물의 지방이나 혈액은 그대로 반추동물의 사료로 사용할 수 있다. 게다가 사료로 쓰이는 동물은 대부분 사육 중에 병으로 죽거나, 실험용에 쓰였거나, 늙어서 동물보호소에 버린 동물들이다. 때문에 그들이 개고기를 먹는 인도, 일본, 중국, 한국 등 동양인이나 아메리카 인디언, 아프리카인, 일부 유럽인들을 야만인이라고 비난하지만 실제로는 미국인들도 쇠고기, 돼지고기, 닭고기 등을 통해 개고기를 맘껏 즐기고 있다.

⑳ 미국 허드슨 강변에 위치한 레덜연구소 연구원이었던 토머스 주크스는 연구소 주변의 물고기들이 비정상적으로 빨리 성장한다는 사실에 흥미를 느끼고 그 이유를 조사하기 시작했다. 그는 그 연구소에서 항생제인 테트라사이클린을 생산하는 과정에서 나오는 산업폐기물을 강에 버려왔는데 그 항생제의 폐기물에 의해 물고기가 면역체계를 유지하는데 소모되는 열량을 막고, 이를 성장에 사용하기 때문에 빠른 속도로 성장하게 된다는 사실을 알아냈다. 이전에는 합성비타민12를 성장촉진제로 사용했다. 그 후 테트라사이클린을 비롯해 각종 항생제가 대량 생산되면서 가격이 폭락하자 농민들은 항생제를 성장촉진제로 사용하기 시작했고, 마침내 전쟁 후에 부족한 식량을 보충하기 위한 정책으로 농업에서 비료가 정책적으로 권장되었듯, 목축에서는 항생제가 권장되었다.

키게 된다.”며 우려를 표한다. 플루르퀴놀린은 뼈와 인대, 신경계를 치명적으로 파괴시키는 것으로 밝혀지면서 사람에게 처방이 금지된 항생제다. 이에 미국질병센터(CDC)는 동물에게도 사용하지 말 것을 강력히 주장했지만 돈에 매수된 주류의사들의 적극적인 찬성으로 1995년에 처음으로 닭의 성장을 위한 항생제로 사용하기 시작했지만 4년 후인 1999년부터 이 항생제에 내성을 지닌 박테리아가 나타나고 또한 닭고기를 통해 인간에게도 이 항생제가 이전된다는 사실이 확인되면서 결국 2008년에 가축에게 사용하는 것을 금지했던 약품이다. 이 플루르퀴놀린은 현재 미국과 우리나라에서 '시프로', '레바퀸'이라는 상품명으로 사람에게 처방하는 항생제로 쓰이고 있다.[34)]

문제는 이렇게 마구 투여되는 항생제는, 주류의사들이 마구 처방하는 의약품과 함께 생태계의 순환구조를 거쳐 물과 공기, 음식을 통해 우리에게 다시 돌아온다는 사실이다. 소변 등으로 배출된 엄청난 양의 합성화학물질이 강을 오염시키고, 바다를 오염시킨 후에 다시 식수와 농작물을 통해 되돌아온다. 그리고 우리 몸 안에서 환경호르몬으로 작용해 우리의 면역체계를 무너뜨리며 각종 암, 심장질병, 신부전증, 당뇨병 등을 유발하게 된다. 1972년에 금지(우리나라는 1979년에 금지)된 DDT①의 잔류물질이 지금도 식수에서, 심지어 북극곰에게서도 발견된다는 기사를 접할 때마다 우리가 소스라치는 이유는 그 때문이다 .

이같이 생태계를 파괴하는 반인륜적 행위가 만연하게 된 까닭은 규제완화라는 희미한 유령이 전 세계를 배회하면서 제약회사뿐만 아니라 가축업자에게도 무한한 자유를 허용하기 때문이다. 황금탑을 목표로 하는 주류의사들과 기업가의 자유는 곧 인류의 파멸로 연결된다. 특히 돈을 최고의 가치로 숭배하는 미국 청교도 사상에 의해 미국에서 행해지는 의료행위와 음식에 대한 반인륜적 행위는 도를 넘고 있다. 미국의 제약산업과 음식산업은 금융산업과 함께 세계화의 검은 심장이 되어 온갖 부패의 온상이 되고 있다. 미국산 쇠고기를 비롯해 모든 미국산 음식은 피해야 한다. 유럽연합이 미국산 쇠고기와 유제품의 수입을 금지하는 까닭도 이런 이유에서다. 이에 대한 보복으로 미국은 유럽산 자동차나 기계에 대해 높은 관세를 부과하고 있다. 광고문에 녹색의 초원에서 거니는 건강한 소떼 모습, 농경지에서 뛰어 노는 어린이들의 밝은 모습 등은 단지 광고일 뿐이다.

2장. 가짜 고기.

1. 5년 키워야 할 소를 14개월 만에...

이렇게 해서 전에 풀을 먹이며 키우던 소는 5년 정도 키워야 도축할 수 있는 상태로 성장하지만, 곡물과 항생제로 키우면 2년 6개월 정도 지나면 도축할 수 있을 정도로 성장한다. 인간의 탐욕은 여기에 머물지 않고 소에게 유전자를 조작한 박테리아에서 대량 생산하는 성장호르몬과 고기사료를 투여한다. 곡물과 항생제, 성장호르몬, 고기사료로 키운 소는 14개월이면 도축할 수 있다. 유전자조작 성장호르몬으로 성장을 촉진시킨 고기를 섭취하면 노화가 일찍 오고 결국 암에 걸릴 위험이 커진다. 이렇게 급속하게 성장시킨 쇠고기는 조화를 이룬 음식이 아니다. 요즘 어린이가 부모 세대와는 달리 부쩍 성장하지만 질병에 취약한 까닭이 성장호르몬으로 키운 고기를 많이 먹기 때문이다. 그러나 주류의사들은 이러한 사실을 숨기고 빠르게 성장하는 이유를 ‘영양 상태가 전에 비해 좋아졌기 때문’이라고 한다. 그

① DDT와 성질이 유사하고, 부작용도 유사하게 나타나는 아트라진에 대해 계속적으로 양심적인 학자들이 문제를 제기하자 2003년, 유럽연합과 미국 등 선진국에서 이를 논의한 결과 유럽연합에서는 2003년부터 사용을 금지했고, 2009년에 다시 사용 금지를 연장했다. 그러나 2003년에 동일한 연구 결과를 바탕으로 미국에서는 아트라진의 사용을 계속해서 승인했다. 우리나라는 아트라진의 사용을 애초부터 금지했다.

러면서 심지어 병원에서도 어린이에게 성장호르몬을 투여할 것을 권장한다. 우리나라 농협중앙회 사이트에서는 항생제와 성장호르몬의 투여 방법 및 고기 사료 사용법을 알려주고 있다.[35)]

예전에는 2년 키우던 돼지도 현재는 집중가축시설에서 성장호르몬, 항생제로 사육해 9개월이면 도축할 만큼 성장한다. 돼지는 그 9개월간 하루도 흙을 밟지 못한 채 시멘트 바닥에서 일생을 지낸다. 돼지는 흙을 입으로 파헤치며 흙과 벌레 등을 먹으며 면역력을 키워야 건강하게 자란다. 그리고 암퇘지에게는 화학회사인 셸에서 생산하는, 자동차 엔진오일 이름 같은 XLP-30이라는 합성호르몬을 투여해 한 번에 낳는 새끼 돼지 수를 늘린다. 자연 상태에서 출산하는 돼지 수는 보통 6마리 정도이지만 합성호르몬을 투여 받은 돼지는 보통 10마리 이상을 낳는다.

고기용 닭도 전에는 80일 정도 사육해야 도축 가능한 중량으로 성장하지만 요즈음에는 40일이면 이 중량에 도달한다. 원래 자연에서의 닭은 10년 이상 수명을 이어가고 고기용 닭은 보통 1년 이상을 사육한다. 닭도 그 40일간 간 단 하루도 흙을 밟지 못하고 풀이나 벌레를 보지 못한다. 성장호르몬과 항생제 덕분에 닭고기의 평균 체중은 65퍼센트 증가했고, 계란에서부터 닭고기로 출하되는 기간은 60퍼센트 줄어들었고, 필요한 사료양은 57퍼센트 줄어들었다. 사실 이렇게 사육한 닭은, 정상적인 닭이 아니고 기형이다. 이미 자연의 조화가 깨진, 기형 상태의 쇠고기, 돼지고기, 닭고기가 우리 건강에 좋을 리 없다.

젖소의 경우에도 보자. 곡물과 항생제, 성장호르몬, 고기사료, 인공수정으로 키운 젖소는 더 이상 우유를 생산하지 못해 햄버거 원료로 도축될 때까지 평균 6년간 한시도 쉬지 않고 수태를 하면서 우유를 계속 생산한다. 자연의 젖소는 출산을 하고 12개월 정도 송아지를 키우며 휴식하게 되지만 인간은 출산이 끝나면 24시간 이내에 송아지를 개별 축사로 옮기고 3개월 정도 후에 합성호르몬과 정자냉동법, 인공수정으로 다시 수태시킨다. 자연적인 상태에서 송아지가 어미젖을 떼려면 8개월 정도 필요하다. 자연의 휴식기간마저도 탐욕에 젖은 인간은 효율이라는 이름으로 빼앗아갔다. 결국 젖소는 자연의 상태에서는 20년간 수명을 이어갈 수 있지만 인간의 탐욕으로 찌들어진 젖소는 평균 6년으로 수명이 줄어든다. 이 6년간 젖소는 새끼 낳고, 우유 생산하고, 또 새끼 낳고, 또 우유 생산하기를 거듭한다. 그리고 6년간 이렇게 찌들어진 젖소 고기는 식용으로 적합하지 않을 정도로 질겨져 다른 고기들과 함께 갈아 햄버거나 소시지 원료로 주로 사용된다.

자연의 젖소는 신선한 풀을 먹으며 하루에 3리터 정도 우유를 생산한다. 그러나 1950년대 말, 낙농업자들은 탄수화물과 단백질이 풍부한 곡물사료와 우유 생산을 촉진하는 항생제를 투여하면서 하루 7리터를 생산했다. 요즘은 곡물사료에 고기사료를 섞고, 항생제와 성장호르몬을 투여해 하루에 30리터 이상을 생산한다. 이제 젖소는 자연의 일부인 가축이 아니라 송아지와 우유 생산만을 되풀이 하는 기계가 되었다. '동물에게는 영혼이 없기 때문에 기계에 불과하다.'는 데카르트식 철학과 '오로지 부만을' 추구하는 칼벵식의 청교도 교리를 따르는 미국인들은 동물을 기계로 바꾸었다. 이렇게 기계로 변한 젖소는 아무리 항생제를 투여해도 썩어가는 반추위를 회복할 수 없어 종종 고름우유를 내놓을 정도로 변형된 박테리아의 온상이 되었다. 이 때문에 고름우유는 미국산 우유에서 가장 골치 덩어리이고 우리나라에서도 1995년에 고름우유 파동이 일어나기도 했다. 기계에서 생산하는 가짜 우유를 섭취하면 인간의 건강은 어떻게 되겠는가? 유럽에서는 우유를 어린이가 먹는 음식이라는 이유로 경건하게 취급한다. 생산량만을 늘리기 위해 가짜 우유를 만들어내는 것을 엄격히 금하기 때문에 항생제도, 성장호르몬도 사용을 금지하고 있다. 1950년대를 기준으로 2000년대

에 미국에서는 10배로 우유생산량을 늘렸지만 유럽이나 호주, 뉴질랜드 등에서는 3배 늘어났다.

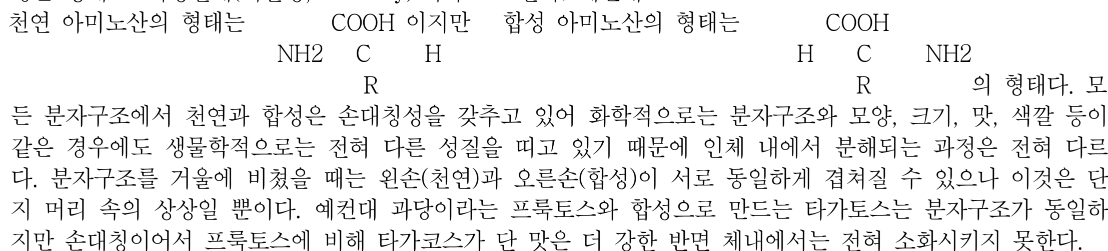
2. 인슐린유사성장인자

이렇게 기계에서 대량생산하는 우유는 전에 우리 조상들이 마셨던 우유가 아니라 우유를 닮은 가짜일 뿐이다. 특히 우유에 다량 함유되어 있는 합성의 인슐린유사성장호르몬(IGF-1)은 유방암을 크게 유발시키는 발암물질이다. 성장호르몬은 미국에서 가장 많이 사용되고, 우리나라에서도 규제 없이 사용되고 있다. 성장호르몬 IGF-1은 인체에서 생성되는 천연의 성장호르몬 IGF-1과 분자구조는 같으나 손대칭성②을 띠고 있어서 생명체 내에서의 화학작용은 전혀 다르게 나타난다. 문제는 이 성장호르몬이 주류의사들의 탐욕에 의해 키가 조금 작은 어린이에게도 무차별 투여된다는 사실이다. 성장호르몬을 투여 받은 어린이는 자라면서 심장병, 당뇨병, 신부전증, 관절염, 뼈 부식, 각종 암 등에 시달리고 인간 광우병이 발병하는 것으로 확인되고 있다.

게다가 우유를 판매용으로 가공 처리하는 과정에서 우유를 더 하얗게 만들기 위해 표백제를 다량 첨가한다는 것은 충격적이다. 사실 많은 양심적인 비주류의사들이 지적하는 "우유는 건강을 해친다."는 말은 더 정확하게 표현하면 "항생제, 성장호르몬, 고기사료 등으로 키우고, 제조과정에서 방부제, 표백제, 향미제, 칼슘보충제, 비타민보충제 등의 식품첨가물로 범벅이 된 가공우유는 건강을 해친다."는 말이다. 특히 가공우유에 저온살균이라는 이름으로 행해지는 방사선살균은 박테리아뿐만 아니라 효소도 모두 죽이고, 나아가 비타민이나 영양소까지 전부 파괴하기 때문에 가공우유는 죽은 음식이다. "천연의 생우유는 미생물 때문에 위험하다."는 주류의사들의 말과는 달리 생우유는 모든 영양분이 고스란히 남아 있고, 박테리아도 적절하게 살아 있기 때문에 건강에 좋은 음식이다. 육식도 마찬가지다. 육식이 건강을 해친다는 말은 다시 말해 가공된 육식이 건강을 해친다는 말이고, 채소와 과일이 건강에 좋다는 말은 가공되지 않은 천연의 채소와 과일이 건강에 좋다는 말이다. 채소와 과일도 합성처리하면 가공식품이 되어 우리의 건강을 크게 해친다. 슈퍼에서 구입하는 시금치 캔이나 과일주스 등은 건강을 크게 해치는 가짜 음식이다.

유럽, 호주, 뉴질랜드, 캐나다, 브라질 등에서는 가축에게 성장호르몬 투여를 금지하고 있고, 항생제는 질병에 걸렸을 때에만 수의사의 처방에 따라 투여가 가능하다. 다만 항생제를 투여한 가축은 식용으로 판매가 금지된다. 우리가 알 수 있는 분명한 사실은 이렇게 자

② 화학식의 분자구조는 같지만 마치 오른손과 왼손의 형태를 띠고 있어서 같은 방향으로는 그대로 포개지지 않는 형태로 '이성질체(키랄성, chirality)'이라고도 한다. 예컨대



든 분자구조에서 천연과 합성은 손대칭성을 갖추고 있어 화학적으로는 분자구조와 모양, 크기, 맛, 색깔 등이 같은 경우에도 생물학적으로는 전혀 다른 성질을 띠고 있기 때문에 인체 내에서 분해되는 과정은 전혀 다르다. 분자구조를 거울에 비췄을 때는 왼손(천연)과 오른손(합성)이 서로 동일하게 겹쳐질 수 있으나 이것은 단지 머리 속의 상상일 뿐이다. 예컨대 과당이라는 프룩토스와 합성으로 만드는 타가토스는 분자구조가 동일하지만 손대칭이어서 프룩토스에 비해 타가코스가 단 맛은 더 강한 반면 체내에서는 전혀 소화시키지 못한다.

우리 몸속에 있는 천연의 아미노산은 모두 L-형이고, 포도당은 D-형이다. 사람뿐만 아니라 대부분의 자연은 L-형의 아미노산과 D-형의 포도당만을 이용할 수 있다. 그래서 실험실에서 만든 손대칭성인 아미노산과 포도당은 아무리 많이 먹어도 몸 안에서 효소인 수용체에 결합할 수 없어 소화시키지 못한다. 화학자 또는 주류의사들은 합성화학물질이 체내에서 분해되지 않기 때문에 아무런 부작용을 일으키지 않는다고 하지만, 소화시키지 못하기 때문에 분해되지 않고 지방층에 축적되어 호르몬 작용을 방해하기 때문에 각종 질병을 일으키는 원인이 된다. 사소한 차이가 엄청난 차이를 유발시키는 것이 생명의 세계다.

연의 질서를 무시하고 탐욕으로 키운 곡물이나 고기는 음식이 아니라는 것이다. 쌀, 콩, 옥수수를 닮은 가짜이고, 소고기, 돼지고기를 닮은 가짜다. 독이다! 현대인이 암, 광우병, 심장병, 비만, 고혈압, 당뇨병 등 각종 질병에 시달리는 까닭은 음식이 아닌 이 같이 화학물질을 뒤집어 쓴 가짜와 유전자가 조작된 가짜를 먹기 때문이다.

3장. 조화가 중요하다.

중요한 사실은 이렇게 자연의 질서를 깨뜨리면서 만들어내는 곡물이나 고기는 음식이 아니고 오히려 생명체에 독으로 작용한다는 것이다. 일그러진 자본주의는 모든 가치척도를 돈으로 평가하기 때문에 돈 앞에서는 인간의 건강도, 사회의 정의도, 삶의 가치도 모두 무시되는 것이 현실이다. 예컨대 필수지방산인 오메가-3③는 우리에게 암, 당뇨병, 심장병 등 각종 질병을 이겨내고, 뇌 활동을 촉진시켜주는 자연의 힘을 선물해준다. 이 같은 오메가-3는 모유에도 풍부하지만 특히 광합성작용을 하는 식물의 잎에 풍부하다. 반면 오메가-6는 염증을 일으키는 역할을 하며 식물의 번식을 담당하는 씨앗(콩, 옥수수, 깨, 쌀 등) 또는 초식동물의 고기에 풍부하다. 생명체에 있어서 염증은 면역시스템을 만들어주기 때문에 건강을 유지하기 위해서는 반드시 필요하다. 따라서 오메가-3와 오메가-6가 적절한 조화를 이루며 생명체에 있어야만 건강한 삶을 유지할 수 있다. 자연 상태에서 섭취하는 채소나 과일의 오메가-3와 오메가-6의 비율은 1:1이고, 풀을 먹고 자란 쇠고기는 1:2이지만, 곡물과 고기사료, 성장호르몬으로 키운 쇠고기나 가공식품의 비율은 1:10~1:15다. 심지어 가공식품에서의 비율은 1:50인 경우도 흔하다.

이렇게 오메가 비율이 자연의 질서를 깨뜨려 오메가-6 비율이 높아지면 아라키도닉산이 과도해져 인체 곳곳에서 염증을 일으키고 혈액이 끈적이게 되어 심장질환, 당뇨병, 고혈압과 우울증의 원인이 되기도 한다. 우울증도 영양상태 불균형에서 오는 육체적 스트레스가 원인이 되기도 한다. 반면 천연의 크롬은 토양에서 발견되는 미네랄인데 합성비료로 인해 토양의 미네랄이 유실되면서 크롬이 음식에서 크게 줄어들었다. 크롬은 신경조직을 활성화하는 미네랄이므로 크롬의 부족은 우울증의 원인이 된다. 천연의 크롬은 우리나라 전통주인 막걸리를 담그는 누룩에도 풍부하게 들어 있고, 봄철에 주로 먹는 냉이에도 많이 함유되어 있다. 그러나 천연의 크롬이 우울증과 당뇨병을 예방해 준다는 것이지 보충제로 판매되는 중금속인 크롬은 오히려 신경을 마비시키고 심장마비와 암, 뇌졸중 등을 유발시킨다. 합성크롬은 도금하는데 사용되거나 가죽을 화학 처리하는데, 또는 운동선수의 근육강화제로 사용된다.

마찬가지로 칼륨과 나트륨도 1:1의 비율로 존재해야 하지만 가공식품에는 보통 1:5의 비율로 존재한다. 합성방부제인 나트륨을 과다 첨가하기 때문이다. 천염의 소금은 나트륨 이외에도 칼륨, 칼슘, 인, 황, 철, 마그네슘 등 각종 미네랄이 조화롭게 들어있어 적절히 섭취하면 각 성분은 조화를 유지하게 된다. 과일과 야채에는 칼륨이 풍부하게 들어있다. 따라서 나트륨이 많이 들어 있는 가공식품을 줄이고 과일과 야채를 충분히 섭취하면 칼륨과 나트륨의 적절한 비율을 유지할 수 있다. 마찬가지로 자연의 음식에는 칼슘과 마그네슘의 비

③ 오메가-3 지방산은 음식사슬의 제일 아래에 있는 식물과 플랑크톤에서 나오기 때문에 식물과 어류에 풍부하다. 인체 내에서 오메가-3 지방산이 가장 많이 분포된 곳은 두뇌와 눈의 조직으로 신경계의 안정, 시력 보호, 포도당의 대사, 염증 완화 등의 작용에 도움을 준다. 인류는 그동안 동물성 지방이 심장질환과 암의 주요 원인이라는 지방가설에 의해 음식에서 지방을 제거한 결과 오메가-3 지방산도 대부분 제거됐다. 그 이후 지방가설이 의학계에서 허구라는 사실이 밝혀지면서 폐기됐지만 가공식품업계는 오메가-3 지방산이 쉽게 부패한다는 사실 때문에 최근까지 가공식품에서 제거해왔다.

율이 2:1 정도로 유지되지만, 가공식품에는 칼슘을 방부제의 용도로 추가로 첨가하기 때문에 그 비율이 10:1 정도로 되어 자연의 조화를 깨뜨리고 있다.

엽산의 경우도 보자. 가공식품에 첨가되는 합성엽산(비타민B 복합체)은 인체 내에서 비타민B12를 앗아가 중년에 주로 나타나는 고혈압, 당뇨병, 각종 암 등을 일으킬 위험이 커진다는 사실이 밝혀졌다. 이에 따라 식품업체는 엽산을 첨가할 때는 반드시 비타민B12를 별도로 첨가한다. 그러나 이렇게 엽산과 비타민B12를 별도로 첨가하면 다른 비타민 또는 미네랄, 영양소 등과 자연의 조화를 이루지 못하기 때문에 결국 각종 질병이 크게 유발될 위험에 처하게 된다. 마찬가지로 빈혈을 방지하기 위해 철분보충제를 통해 화학 처리된 철분을 복용하면 헤모크로마토시스④ 증상이 생길 위험이 커진다. 천연의 이온화된 철분은 시금치 등 야채와 과일, 견과류 등에 풍부하게 들어 있다.

이 같이 가공식품에 의해 이 비율이 깨져 환자에게 염증과 통증, 열이 생기면 주류의사들은 그 원인을 찾으려 하지 않고 단지 아스피린⑤, 이부프로펜, 타이레롤 같은 합성화학물질로 된 소
염진통제를 처방한다. 염증과 통증, 열은 면역체계에서 중요한 기능을 하기 때문에 이들을 억제하는 약물은 결국 면역체계를 파괴시키게 된다. 결국 약의 부작용으로 또 다른 만성질병이 생긴다. 우리는 한 알의 약으로 우리 몸이 필요로 하는 대부분의 영양소를 보충할 수 있고, 한 알의 약으로 대부분의 질병을 치료할 수 있다는 '현대의학이라는 신흥종교'로부터 벗어나는 것이 필요하다.

가공식품과 일상용품에 첨가되는 합성화학물질

과산화수소(표백제, 살균제, 알레르기와 두통 유발)
구아닌(맛을 내기 위한 감미료)
구아닐레이트 나트륨(방부제)
구연산(청량음료의 향미제 또는 살균제, 금속의 연마제로 사용, 납과 비소, 수은 등 중금속 함유)
글루타티온(향미제, 육류제품이나 헤어제품에 사용, 두통과 구토 유발)

④ 혈색소침착증이라고도 한다. 혈색소침착증이란 비정상적으로 위장관에서의 철 흡수가 증가하여 세포 내에 지나치게 많은 철이 축적되어 결국 간, 췌장, 심장, 뇌하수체 등 장기의 조직 손상과 기능 이상을 가져오는 질환이다. 이러한 혈색소침착증이 있게 되면 결과적으로 장기의 섬유화와 기능부전을 가져오게 되어 간경화증, 당뇨병, 관절염, 심근병증, 성선(性腺)기능 저하증 등이 나타나게 된다.

⑤ 아스피린은 아세틸살리실산을 주성분으로 하는 소염진통제로 고대로부터 버드나무 껍질 등 야채나 나무에서 추출해내 사용해 왔던 천연 약초였다. 그러나 1874년 독일 화학자 헤르만 콜베가 실험실에서 인공으로 살리실산을 합성해 내는데 성공하면서 현재는 석유에서 추출하는 벤젠이나 페놀에 이산화탄소를 결합시켜 살리실산을 합성해내고 이를 화학처리 하여 아세틸로 바꿔 아스피린이란 이름으로 대량생산한다. 여기에 복용했을 때 몸속에서 잘 녹게 하기 위해 이탄산나트륨을 첨가한다. 영국의 존 베인은 아스피린이 체내에서 면역체계를 향상시키는 프로스타글란딘의 합성을 방해한다는 원리를 밝혀내 1982년에 노벨의학상을 수상했다. 자연에서 추출하는 아스피린은 위궤양 등 부작용을 일으키지 않는 훌륭한 약이지만 제약회사에서 대량생산하는 아스피린은 합성화학물질이어서 심각한 위궤양, 유산, 신장질환, 뇌졸중, 간질환, 라이증후군, 알레르기 증상뿐만 아니라 중독증 등을 유발시킨다. 중독증으로 출혈이 멈추지 않아 응급실에서 수술을 하지 못하는 경우도 많이 발생한다. 주류의사들은 아스피린을 입 속에 넣고 서서히 녹여 먹으면 위궤양을 일으키지 않는다고 하지만 그것은 과학적으로 전혀 근거 없는 말이다. 씹어 먹으나, 녹여서 먹으나 흡수되는 물질은 동일하기 때문이다. 전 세계적으로 아스피린은 연간 9조원이 넘게 팔리는데 그 중 미국에서만 8조 원 가량이 팔릴 정도로 미국은 약중독국가다. 이 때문에 미국에서만 매년 7,600명이 아스피린 부작용으로 죽어간다.

글루탐산나트륨(L글루타민산나트륨 또는 MSG라고 하는 방부제 및 감미제, 비만 유발)
글루텐(증점제, 탄력을 높이기 위해 밀가루음식에 첨가하는 물질)
글리세린(촉촉하게 하는 습윤제, 물과 지방이 분리되지 않게 하는 유화제, 설사 유발)
덱스트로제(인공 감미료)
라우릴황산나트륨(치약, 비누, 샴푸 등의 발포제. 구강암 유발 물질)
레시틴(물과 기름을 섞이게 해 부드러운 맛을 내는 유화제. 과자, 빵, 케이크, 초콜릿, 화장품, 비누, 염료, 살충제, 페인트, 플라스틱 등에 사용, 간암 유발)
벤젠가스(방취제와 방향제, 1급 발암물질)
벤조산나트륨(방부제)
벤조에이트 나트륨(방부제, 살충제의 원료)
벤즈알데히드(향미료, 음료수 등 가공식품과 향수에 사용, 발암물질)
산탄검(팽창제)
소르빈산 칼륨(방부제)
솔베이트칼륨(방부제, 살충제)
솔비톨(습윤제, 화장품에도 사용, 설사 유발)
아밀라아제(팽창제, 빵을 부풀어 오르게 해 더 부드럽고 촉감을 좋게 해준다)
아스코르브산(방부제, 착색제의 작용을 오래 유지시켜 주는 안정제, 비타민C 보충제의 원료)
아스파탐(감미제, 뇌암 등 각종 암을 유발하고 신경계 파괴)
아질산나트륨⑥(방부제, 고기의 붉은 색을 유지시키기 위한 착색제로 치명적인 발암물질)
아황산나트륨(표백제, 방부제, 코팅제, 빵을 바삭하게 해줌, 천식을 유발)
안식향산나트륨(방부제, 과잉행동장애 유발)
알루미늄(가루가 응고되지 않도록 하는 보존제)
염화메틸렌(카페인 제거제, 페인트 등의 원료)
염화비닐(랩의 끈적이는 물질, 헤어스프레이의 추진연료, 폐암 유발)
염화암모늄(팽창제, 맥주의 거품이 일게 하는 원료. 건전지, 시멘트, 비료, 고무 등에 사용하는 공업용 소재)
옥시에틸렌(과일 코팅제)
올트페닐페놀(OPP, 레몬이나 귤 등에 사용하는 곰팡이제거제, 발암물질)
이산화규소(커피, 녹차 등의 응고 방지제)
이산화티타늄(표백제, 중금속인 비소가 함유돼 있다)
인산칼륨(용해제, 물에 잘 녹게 하는 첨가물로 비료의 원료, 발암물질)
자일리톨(습윤제, 설사 유발)
차아염소산나트륨(표백제, 살균제. 독성이 강함)
카라기난(우유, 두유, 주스 등에 첨가해 진한 맛을 내게 하는 합성첨가제)
카라멜(착색제, 방부제)
카제인나트륨(용해제, 분유나 커피, 설탕 등이 물에 잘 녹도록 하는 합성첨가제)
칼슘(방부제, 칼슘 보충제의 원료, 골다공증과 신부전증 유발)
코치닐(붉은 색을 내기 위한 염료, 딸기우유, 딸기커피 등에 주로 사용)
타가토스(합성감미료, 뇌신경 파괴 우려)

⑥ 아질산나트륨은 안전섭취량이 없다고 할 정도로 치명적인 발암물질이다. 1g만 복용해도 사망에 이를 정도로

탄산수소나트륨(팽창제)
트리클로산(살균제, 각종 가구, 의류, 비누, 샴프 등에 함유)
트리클로로에틸렌(드라이크리닝제 원료, 1급 발암물질)
티아민(방부제, 비타민B 보충제의 원료)
파라벤(화장품 또는 물티슈의 방부제, 환경호르몬으로 각종 암 유발)
파라핀(과일 코팅제, 초의 원료, 석유의 부산물에서 나온다)
폴리덱스트로스 (합성 섬유소, 위장장애)
피레드로이드(모기약, 방충제 등 가정용 살충제의 원료, 1급 발암물질)
피로인산나트륨(2가지 이상의 화학물질이 고르게 섞이도록 하는 안정제)
프로필렌글리콜(촉촉한 맛을 내기 위한 습윤제, 부동액이나 플라스틱에 사용, 간부전증 과 신부전증 유발)
BHA, BHT(방부제)
L-토코페롤(방부제, 비타민E 보충제의 원료

* 천연물질은 쉽게 부패되거나 변색되는 반면 합성물질은 부패되거나 변색되지 않기 때문에 식품첨가물에는 모두 합성물질만 사용한다. 특히 주의할 것은 나트륨은 천연의 소금이 아니고, 비타민은 천연 비타민이 아니며, 칼륨이나 칼슘 등도 모두 합성물질로 각종 암, 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 신장질환 등의 원인으로 밝혀지고 있다. 콜라나 흑설탕, 빵 등에 첨가하는 캬라멜도 합성화학물질로 암을 유발시키는 것으로 확인됐다. 치아를 건강하게 해준다며 치과의사들이 권하는 껌도 나무에서 추출하는 식물성 수지인 '치클'이 원료라고 선전하지만 사실은 석유에서 나오는 물질의 분자구조를 변경해 대량 생산하는, 플라스틱의 일종인 초산비닐수지로 치명적인 질병을 유발하기 때문에 엄격하게 취급하는 공업용 재료다. 초산비닐수지는 접착제나 페인트, 과일 코팅제, 순대의 피막제 등에 쓰인다.

* 팽창제는 부피를 늘리는 기능을 하는 첨가제로 치명적인 발암물질인 카드뮴, 납 등을 혼합해 만든다. 그리고 빵, 과자 등이 씹을 때 바삭한 느낌이 드는 것은 잘 익혀서 그런 것이 아니라 아황산나트륨을 첨가했기 때문에 나타나는 현상이다.

* 라텍스는 가공식품의 포장용기 또는 고무장갑, 콘돔을 만드는 데 사용하는 합성 고무로 내용물에 첨가한 합성물질을 보호해주는 기능을 한다. 라텍스고무는 각종 암과 심장질병, 천식, 비염 알레르기 등을 유발하는 것으로 알려져 있다.

독성이 강하고, 아무리 적은 양이라도 혈액의 헤모글로빈을 파괴해 산소 산소공급을 차단시키기 때문에 세포는 산소 부족으로 사망하거나 변형되게 된다. 이러한 아질산나트륨은 핑크색을 유지시켜 먹음직스럽게 하기 위해 어린이가 즐겨 먹는 햄, 소시지, 각종 과자, 아이스크림, 케이크 등 대부분의 가공식품에 첨가한다. 문제는 주류의사들은 아질산나트륨이 소량을 섭취하면 안전하다며, 시금치에는 가공식품에 비해 아질산이 30배 이상 들어 있어도 아무런 해를 일으키지 않는다고 하지만 이는 거짓이다. 시금치 등 채소에 들어 있는 아질산은 천연으로 다른 물질들과 상호조화를 일으켜 혈관의 탄력성을 좋게 해주는 등 건강에 유익하지만 식품첨가제로 사용하는 아질산은 합성화상물질로 자연에 존재하지 않는 독이다. 천연의 물질은 자기 기능을 수행하고 바로 몸 밖으로 배출되지만 합성은 지방층에 계속해서 축적된다.

4장. 자연으로 돌아가라

1. 영양소의 상호작용.

우리가 매일 마시는 공기도 산소, 수소, 질소, 이산화탄소 등이 조화롭게 섞여 있어서 자연의 균형을 이루고 있기 때문에 생명에 반드시 필요한 물질이지만 산소만을 분리해서 떼어내면 독이 된다. 산소는 치명적인 발암물질이다. 나트륨, 불소도 마찬가지다. 실험실에서 생산해내는 나트륨은 가장 순수한 분자다. 그러나 인류가 수십 억 년 동안 접해온 것은 여러 가지 불순물이 섞여있는 소금이지 실험실에서 생산한 순수한 나트륨이 아니다. 천연 나트륨은 극히 적은 양이 필요한 물질이므로 필요량을 조금만 넘으면 치명적인 독으로 작용한다. 천연소금에는 염소, 나트륨, 각종 미네랄, 비타민 등이 조화롭게 섞여 있어 건강에 반드시 필요하다. 가공되지 않은 천연의 음식으로 면역체계를 활성화한 생명체는 스스로 소화과정을 통해 필요한 성분과 분량만 흡수하고 나머지는 체내에 비축해 두거나 배출한다.

또 식물은 광합성 과정에서 생성되는, 반응성이 큰 산소로부터 스스로를 보호하기 위해 각종 비타민, 폴리페놀 같은 산화방지제를 만든다. 산화방지제는 우리 몸 안에서 박테리아 등 이물질을 파괴하는 기능을 하는 유리기(활성산소)가 DNA를 파괴해 암을 일으키지 못하도록 기능을 다한 유리기를 재빨리 흡수한다. 그러나 산화방지제인 폴리페놀이나 비타민, 글루타티온 등을 합성 처리하는 방법으로 전체에서 떼어내어 그것만을 별도로 섭취하면 오히려 면역체계를 약화시켜 암의 원인이 된다. 모든 성분은 인체 내에서 개별적으로 작용하는 것이 아니라 전체가 조화를 이루며 상호작용을 통해 기능하기 때문이다. 광합성작용을 하는 식물에는 활성산소가 많이 생성되지만 동시에 산화방지제도 충분히 생성되기 때문에 활성산소로부터 공격을 받지 않는다.

미국의 영양학자인 콜린 캠벨에 의해 간암의 주요원인 중의 하나는 동물성 단백질임이 밝혀졌다. 필리핀은 빈부의 격차가 미국만큼이나 심한 나라다. 이 나라에서는 오래 전부터 어린이들에게서 간암 환자가 많이 발생했는데 이에 대해 역학 조사를 한 결과 동물성 단백질을 많이 섭취하는 부유한 집안의 어린이에게서 많이 발병하는 것으로 확인됐다. 쥐 실험에서도 모든 쥐에게 아플라톡신⑦을 투여한 후, 20퍼센트의 동물성 단백질이 포함된 먹이를 먹은 그룹은 100퍼센트 간암이 발생했지만 5퍼센트의 동물성 단백질을 섭취한 그룹에서는 단 한 마리도 간암이 발생하지 않았다. 0퍼센트였다.[36] 육류에는 채소나 과일보다 항산화제가 적게 들어 있기 때문이다.

또한 췌장에서 생산하는 ‘키모트립신’이란 효소는 단백질을 분해하는 기능과 암세포를 파괴하는 기능을 담당한다. 그러나 인체에 단백질이 많이 흡수되게 되면 키모트립신은 단백질을 분해하는 데 모두 동원되어 암세포를 제대로 파괴하지 못하게 된다. 따라서 야채나 과일 등의 채식위주의 식단을 유지하면 키모트립신이 대부분 암세포를 파괴하는 데 동원되기 때문에 당연히 암은 억제되게 된다. 따라서 합성화학물질이 섞이지 않은 음식은 최고의 약이다. 음식에는 아직 과학이 확인하지 못한 수만 가지의 성분이 들어있고, 그 다양한 성분들이 상호작용을 일으켜 여러 가지 질병을 예방해준다.

2. 선조들의 지혜.

마늘은 고대로부터 선조들이 지혜로 찾아낸, 약 효능이 있는 대표적인 음식이다. 마늘에

⑦ 콩이나 옥수수 등 곡류가 부패할 때 생성되는 독소로 간암을 유발하는 것으로 알려져 있다.

는 셀레늄, 황화합물, 칼륨, 인, 아미노산, 비타민B와 C, 구리 아연 등 200가지 미네랄과 활성성분들이 함유되어 있다. 특히 마늘에는 '알리신'이란 성분이 들어있어 면역력을 강화시켜주기 때문에 유방암 등 각종 암을 막아주는 기능을 하고, 혈관의 탄력성을 부드럽게 유지해 고혈압을 누그러뜨린다. 또한 성기능을 강화시켜주기도 한다. 그러나 마늘도 필요 이상을 섭취하면 부작용으로 눈곱이 많이 끼기도 하고, 경우에 따라서는 뇌졸중을 유발하기도 한다. 우리 선조들이 마늘에 대해 수 만 년의 임상실험을 거쳐 적은 양만을 섭취하도록 양념으로 분류한 것은 놀랄만한 지혜다. 따라서 마늘도 음식으로 소량 섭취하지 않고 마늘에서 알리신, 셀레늄, 칼륨 등의 성분만을 따로 추출해내거나 많이 섭취하면 인체 내에서 독으로 작용할 수도 있다.

인도의 전통 음식이며 우리나라에서도 인기 있는 카레에 함유되어 있는 커큐민은 염증과 진통을 막아주기도 하고 암을 예방해주기도 한다. 커큐민이나 알리신은 관절염 진통제인 아스피린이나 비옥스와 달리 아무런 부작용을 일으키지 않는 훌륭한 소염진통제이며, 동시에 유방암이나 대장암, 전립선암도 예방해준다. 그래서 카레를 주로 먹는 인도인은 미국인에 비해 유방암은 4분의 1, 대장암은 6분의 1, 전립선암은 20분의 1 등 대부분의 암에서 10분의 1 이하로 발병률이 적다. 동양의 전통 약초인 강황에도 많이 들어있는 커큐민은 천연이기 때문에 아무런 부작용이 없다. 미국 의사 클라우디아 윌리스는 오랫동안 관절염으로 인한 통증으로 고생하던 그의 환자 페니 리코프를 화학약물이 아닌 자연의 음식인 카레를 통해 치료한 사연을 2005년 2월 타임지에 공개했다. 반면 미국의「생물학과 화학 저널」에 실린 연구에 의해 커큐민은 알츠하이머병을 유발시키는 혈관 플라그도 분해한다는 사실이 밝혀졌다.[37)]

그러나 커큐민도 가공되지 않은 자연의 음식을 통해 섭취해야 효능이 있는 것이지 슈퍼에서 사는 가공된 카레 또는 커큐민만을 별도로 추출해낸 것은 오히려 독으로 작용한다. 브로콜리(배추꽃)에 들어있는 '설포라판'이라는 성분이나, 고추냉이(일명 와사비)에 들어있는 '미로시나아제'가 항암작용을 한다고 해서 이 성분만을 별도로 추출해 섭취한다고 해도 동일한 작용이 일어나는 것은 아니다. 비타민이 풍부한 고추에서 매운 맛을 내는 캡사이신은 더위를 이기도록 해주기도 하고 동시에 진통제로도 작용하며 강력한 살균작용과 살충작용도 한다. 이 때문에 고추를 양념으로 섭취하면 캡사이신과 각종 비타민, 미네랄, 체내의 박테리아 등이 상호작용을 일으켜 면역체계를 강하게 해줘 식중독뿐만 아니라 위궤양과 각종 암을 예방해 주기도 하고, 체지방을 막아주기도 하지만, 별도로 캡사이신만을 추출하면 독가스의 원료가 되기도 하고 암을 유발하기도 한다. 사과에 들어있는 퀴스틴이라는 항산화제도 조화를 이룬 상태인 사과로 먹어야 위장질환, 신장염, 각종 암에 유용하다. 퀴스틴만을 추출해내면 상호조화가 깨져 독으로 작용할 수 있다.

우리는 위와 같은 예를 콩에서도 볼 수 있다. 우리나라를 포함해 아시아에서 흔히 주식이나 반찬으로 섭취하는 콩에는 천연 호르몬인 에스트로겐 성분인 이소플라본이 풍부하게 들어 있다. 이소플라본은 에스트로겐 효과와 반 에스트로겐 효과를 동시에 나타내기 때문에 내분비선에 혼란을 일으켜 갑상선이나 생식능력에 이상을 일으키는 활성 호르몬 물질이다. 남성의 경우 내분비선 이상은 테스토스테론과 정액의 분비량을 줄여 성욕을 감퇴시키고, 성기가 작아지며 유방이 솟아오르는 '여성화 증상'을 일으키기도 한다. 여성의 경우 생리주기에 혼란을 일으키고 불임과 외음부통증의 원인이 되기도 한다. 또한 콩을 많이 먹은 여성이 낳은 남자 아이는 요도하열증(소변이 나오는 요도가 성기의 끝이 아닌 다른 곳에 위치하는

증상)를 보이는 기형아가 될 수도 있다.

그러나 아직 전 세계에서 콩을 먹고 이런 질병에 걸렸다는 보고는 단 한 번도 없다. 콩이 유방암을 일으킨다는 몇 건의 연구는 환원주의에 젖은 의사들이 이소플라본만을 별도로 추출해 고용량을 쥐 등에 투여하고 살펴본 현상들을 참고로 가설을 세운 것에 불과하다. 주류의사들이 폐경 증세를 과장해 공포를 만들어냈고 그 공포에 세뇌됐던 전 세계 여성들이 프렘프로 등 값 비싼 호르몬대체요법에 매달렸지만 결과는 폐경 증세를 거의 치료하지 못하고 오히려 각종 암, 심장질병, 신부전증, 당뇨병, 뇌졸중, 골다공증 등 만성질병만 불러왔다. 이에 실망한 여성들은 주류의사들이 천연의 콩에서 추출해낸 천연의 에스트로겐 호르몬이라며 추천해주는 값 비싼 이소플라본 보충제를 복용했다. 그러나 역시 이소플라본 보충제는 폐경기 증상을 완화시켜주는 데는 아무런 기능을 하지 못하고 오히려 갑상선기능저하증⑧과 같은 각종 질병만 유발시켰다. 이러한 결과는 자연의 음식인 콩으로 섭취하지 않고, 유전자를 조작한 암말에서 추출한 프렘프로나 콩에서 화학처리를 통해 특정성분만을 추출해낸 이소플라본이 자연과 조화를 이루지 못하는데서 나타난 결과다. 말의 호르몬이, 그것도 유전자를 조작한 암말의 호르몬이 인간에게 정상적으로 작용할 리가 없고, 음식에서 특정 성분만 추출해낸 합성보충제가 인체 내에서 정상적으로 작용할 리 없다. 특정 성분만 추출해 낸 것은 의약품이지 음식이 아니다. 오랜 기간의 진화과정을 거치면서 이 두 가지 유형의 물질은 인체가 접해보지 못한 물질이어서 당연히 독으로 작용해 각종 질병을 일으킬 수밖에 없다.

우리는 콩을 그대로 먹기도 하지만 간장, 된장, 고추장, 두부, 청국장 등의 음식으로 변형시켜 자주 먹지만(필자도 땅콩이나 고추장, 두부 등을 좋아한다) 아무런 질병을 유발하지 않고 오히려 부작용이 전혀 없는 훌륭한 약으로 기능한다. 그 이유는 자연의 조화를 깨뜨리지 않고 발효 과정을 거쳐 콩에 들어있는 모든 성분을 그대로 섭취하기 때문이다. 게다가 우리는 콩 음식만을 따로 먹는 게 아니라 김치, 오이, 고기, 파, 마늘 등 다른 음식과 조화롭게 섭취한다. 결국 부작용을 일으키는 이소플라본도 다른 성분과 상호 조화를 이루기 때문에 반작용은 중화되고, 작용만을 일으키는 것이다. 수만 년의 임상실험을 통해 이러한 효능을 찾아낸 선조들의 과학 수준에 경탄이 일어난다. 이런 맥락에서 1999년 미국 식품의약국(FDA)은 유방암, 심장마비, 골다공증, 비만 등을 예방하기 위해 보충제가 아닌 두부, 두유 등의 음식으로 콩을 섭취할 것을 촉구했다.[38] 자연의 성분들은 다른 성분들과 조화를 이룰 때 효과적으로 작용을 한다. 조화가 이뤄진 음식에서 특정 성분을 별도로 추출하려면 화학처리를 하게 되는데 이렇게 추출한 특정 성분은 합성화학물질이지 자연의 음식이 아니다. 모든 식물에는 항암작용을 하는 수백 가지의 항산화제를 풍부하게 가지고 있다. 현대의학이 아직 찾아내지 못했을 뿐이다.

3. 자연은 어머니다.

천연의 음식인 양파, 홍차, 사과, 버찌 등에 풍부하게 들어 있는 케르세틴은 우리 몸의 혈관이나 임파선을 보호해주며, 암을 예방해 주고 고혈압, 당뇨병, 심장병 등 만성질병을 예방해 준다. 또한 토마토와 당근 등에 풍부하게 들어 있어 붉은 색을 띠게 하는 천연 색소인 리코펜도 각종 암을 예방해준다. 그러나 중요한 사실은 이런 작용이 케르세틴이나 리코펜

⑧ 갑상선은 신체의 모든 세포, 막, 기관에 영향을 주는데 갑상선기능이 저하되면 빈혈, 잦은 상처, 체중 증가, 변비, 우울증, 흥분이나 불안, 성욕감퇴, 불임, 피로, 집중력 감소 등의 증상이 나타난다. 그리고 제2형 당뇨병 또는 심장마비로 이어질 가능성이 높다. 물론 갑상선기능저하증이 이소플라본의 영향으로만 나타나는 것은 아니고 불소 등의 합성화학물질이나 수은 등의 중금속에 의해서도 유발되는 것으로 밝혀졌다.

등 한 가지 성분으로 나타나는 효능이 아니라는 것이다. 각종 비타민, 미네랄, 적당한 박테리아 등이 상호작용을 일으킬 때 나타나는 효능이다. 따라서 특정성분만을 추출해 내서 만들거나 보충했다는 건강보조식품이나 약은 아무런 작용을 하지 못하고 오히려 독이 되어 우리의 건강만 해칠 뿐이다. 가공식품의 연구로 세계적으로 유명한 미 항공우주국(NASA)에서는 1990년대에 들어서면서 가공식품 연구를 포기하고 천연식품으로 연구의 방향을 전환했다. 1950년대 이후 가공식품이나 천연식품에는 차이가 전혀 없다는 환원주의에 빠져있던 그들이지만 수많은 오류를 통해 가공식품, 특히 특정성분을 추출해서 만든 가공식품은 인체내에서 독으로 작용한다는 사실을 알게 됐다. 따라서 그들은 훈련기간이나 우주여행을 떠날 때 최대한 많은 양의 채소와 과일 등 천연식품을 우주선에 싣는다.

대부분의 사람들은 지방(콜레스테롤), 소금, 설탕, 초콜릿, 커피, 알코올, 담배 등을 건강을 해치는 유해물질로 인식하면서도, 수은이나 염소, 식품첨가제, 의약품 등에 대해서는 거의 신경 쓰지 않는다. 특히 의약품에 대한 유해성에는 더욱 관심을 두지 않는다. 이런 상황은 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들과 주류언론이 제약회사와 식품회사, 화학회사가 집어주는 돈 봉투에 무릎을 꿇은 데서 만들어진 기형 상황이다. 사실 천연의 콜레스테롤과 소금, 초콜릿, 커피, 알코올, 담배 등은 우리가 건강을 지키는데 반드시 필요한 물질이거나 필요한 물질들을 듬뿍 함유하고 있다. 반면 수은이나 염소, 비스페놀A, 각종 식품첨가제, 의약품 등은 치명적인 발암물질(발암물질이라는 것은 면역체계를 파괴시키는 물질이라는 의미다)들이다. 물론 콜레스테롤도 합성화학물질에 의해 산화된 콜레스테롤(LDL)이나, 화학처리해서 대량 생산하는 화학소금, 표백제나 방부제, 향미제로 범벅이 된 설탕, 초콜릿, 커피 그리고 역시 방부제와 아스파탐으로 범벅이 된 술, 그리고 방부제, 방염제, 향미제 등으로 범벅이 된 담배 등 공장의 가공과정을 거친 것들은 역시 발암물질로 덮여 있어 결코 좋다고 말할 수 없다.

우리가 흔하게 먹는 빵이나 피자, 과자 등의 음식들도 예전에는 효모로 발효시켜 각종 항산화제, 비타민B12 등 우리 몸에서 생산하지 못하는 성분들을 발효과정을 통해 공급받았다. 그러나 현대의 식품은 화학 처리하는 가공과정을 거치면서 합성화학물질인 염화암모늄이나 이스트로 팽창시키고 각종 방부제, 보존제, 습윤제, 향미제, 착색제 등 식품첨가제로 범벅한다. 이런 첨가제들은 대부분이 발암물질이거나 독성을 띠고 있어 면역력을 떨어뜨리면서 우리의 신경계를 파괴하고 생식능력을 떨어뜨리며 마침내 암을 유발시키는 것으로 의심 받고 있다.

건강을 유지하기 위한 가장 현명한 해결책이 있다. 노자, 루소 등 인류의 많은 선각자들이 외쳤던 “자연으로 돌아가라!”는 구호는 인류를 정신적, 육체적인 모든 질병에서 벗어나게 해줄 길을 알려주고 있다. 자연은 우리의 어머니다. 모든 생명체가 자연으로부터 왔기 때문에 건강을 유지하며 삶을 풍요롭게 이어가기 위해서는 늘 우리를 안아주는 어머니의 품(자연)으로 돌아가야 한다. 음식을 실험실에서 만들어낸, 합성화학물질로 이뤄진 가짜 영양으로 섭취할 것이 아니라 야채, 과일, 생선 등 자연의 음식으로 섭취하면 모든 영양소가 조화를 이룬 채 우리 몸 안에서 다양한 작용을 해준다. 자, 이제 주류의사들과 주류언론의 광고에 속지 말고 자연의 음식으로 돌아가자! 자연은 우리에게 건강에 좋은 물질을 풍부하고 무한정으로 제공해준다. 그래서 어머니(자연)는 늘 포근하다. 포근한 곳에는 맑음과 어우러짐이 있어 갈등도 사라진다.

자연이 우리의 건강을 지켜준다는 사실은 공기와 소금에서도 확인할 수 있다. 공기 중에

서 산소만을 빼내면 독이고, 치명적인 발암물질이다. 순수한 산소를 한 시간만 들이마셔도 폐 조직이 손상돼 더 이상 공기 중에서 산소를 받아들일 수 없고, 중추신경을 훼손시키기도 하며, 또한 암을 유발하며 암세포를 증식시키기도 한다. 이런 이유로 신생아가 인큐베이터에 오래 놓이게 되면 면역력이 약해져 실명이 되기도 한다. 일산화탄소만을 빼내도 독이다. 그러나 일산화탄소가 생명에 치명적이라 하더라도 질소 78퍼센트, 산소 21퍼센트, 기타 아르곤, 네온, 수소, 크립톤 등이 1퍼센트로, 자연의 조화를 이룬 상태의 공기로 흡입하면 아무런 해가 없고 오히려 생명을 건강하게 만들어준다. 그러나 자연의 조화가 깨진 상태로 산소가 많이 섞여 있는 과산화수소수나 오존은 인체에 아무런 유익한 면이 없고 오히려 해롭기만 하다. 또한 소금(염화나트륨에 각종 미네랄이 풍부한 상태)에서 나트륨이나 염소만을 빼내면 독이고 발암물질이다. 나트륨은 가공식품에 주로 방부제로 사용되고, 제1차 세계대전 당시 독가스로 사용되기도 했던 합성 염소는 표백제와 소독제로 주로 쓰인다.

그러나 산소가 독이라고 해서 산소가 함유된 물과 공기를 독이라고 하거나 나트륨 또는 염소가 독이라고 해서 소금을 독이라고 할 수는 없다. 정제소금은 대부분 합성 염소로 표백하고 거기에 합성 요오드를 첨가한다. 그리고 서로 엉겨 붙지 않도록 하기 위해 알루미늄을 첨가한다. 알루미늄은 뇌의 신경조직에 축적돼 알츠하이머병을 유발하는 것으로 알려진 물질이다. 반면 알루미늄은 쓴 맛이 나기 때문에 쓴 맛을 없애기 위해 덱스트로제나 아스파탐이라는 인공감미료를 첨가한다. 이 알루미늄은 물에 잘 녹게 하는 첨가제인 카제인나트륨과 함께 커피, 설탕, 밀가루, 분유 등 가루로 되어 있는 가공식품에는 모두 첨가되는 기본 합성 화학물질이다. 또한 알루미늄은 치즈 조각이 서로 엉겨 붙지 않고 잘 떨어지게 하는 용도로도 사용된다. 알루미늄은 땀샘의 모공을 막기 때문에 땀 흘리는 것을 막아주는 기능을 하는 화장품이나 땀냄새제거제에도 나노입자로 다량 함유돼 있다. 이렇게 가공식품에는 합성화학물질로 가득 채워져 있다.

4. 자연의 음식.

현대의학뿐만 아니라 전통의학에서도 심장질환을 막아주는 데 효과가 있는 것은 지중해식 식단이니, 비타민B3로 알려진 니아신이니 하면서 파스타, 동물의 간 등을 섭취할 것을 권한다. 또 북극의 에스키모인들과 일본 오끼나와⑨ 주민들에게서 심장질환이 거의 발견되지 않는 현상을 관찰한 결과 그들이 즐겨먹는 채소와 생선에 많이 들어 있는 오메가-3지방산이 심장질환을 예방해 준다고 한다. 식물과 생선 기름에 풍부한 오메가-3는 뇌의 에너지인 포도당의 대사에 협조하고, 혈류를 개선시키며, 혈소판과 혈관의 굳어짐도 풀어주고 심장박동을 조절해주어 치명적인 부정맥의 발병을 막아준다. 특히 위장관과 뇌에 많이 분포되어 있는 뉴런에 자극을 주어 세로토닌, 도파민 등의 기분 관련 호르몬의 분비를 촉진하고 관절에 윤활유를 공급해 주는 기능도 한다. 따라서 오메가-3는 심장병뿐만 아니라 암, 당뇨병, 우울증, 관절염, 비만치료에도 도움이 된다.

그러나 이 같은 작용과 항암효과가 있는 필수지방산인 오메가-3 지방산도 염증을 유발하는 오메가-6 지방산과 1:1의 조화를 이룰 때 좋은 효능을 내는 것이지, 오메가-3 지방산이 아무리 많이 들어 있어도 조화가 깨진 상태라면 오히려 독으로 작용한다. 반면 오메가-6는 지방을 저장하고, 세포벽을 견고하게 해주며, 혈액응고에도 관여하고, 면역력을 키우는데 필요한 염증을 일으키기도 한다. 2006년, 영국의 이스트 앵글리아 대학의 리 후퍼 교수가

⑨ 일본의 오끼나와 섬에는 제2차 세계대전이 끝난 후 이곳에 미군의 태평양함대가 자리 잡으면서 미국 문화가 전해지기 시작했다. 결국 미국식 약과 가공식품이 범람하면서 1970년대부터 이곳 주민들에게는 각종 암, 심장질병, 뇌졸중, 고혈압, 당뇨병 등이 만연하기 시작했고, 옛날의 장수마을이라는 명칭도 사라졌다.

6,000명을 상대로 6개월간 연구한 자료와 926건의 논문을 검토한 결과 오메가-3만을 섭취했을 때는 심장질환이나 암, 뇌졸중 예방과 출혈방지 등에 아무런 효능이 없음을 확인했다.[39] 이런 결과는 오메가-3를 조화를 이루지 못한 상태인 개별보충제로 섭취했기 때문이다. 이렇게 보충제를 통해 인체 내에서 미네랄이나 영양소, 효소들이 조화를 이루지 못하면 영양실조 상태가 되어 면역체계가 약해지면서 오히려 심장병, 각종 암, 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 골다공증 등이 유발될 수 있다.

교감신경이 긴장할 때 분비되는 과립구는 인체 내에서 활성산소를 이용해 조직 내에 염증을 일으켜 이물질을 제거하고 후에 다시 이를 복원시키는 기능을 하는 면역체계의 중요한 인자다. 그러나 이렇게 중요한 과립구도 많다고 건강에 좋은 것은 아니다. 과립구와 림프구, 메크로퍼지의 비율도 60:35:5로 조화를 이룰 때 면역체계는 가장 정상으로 작동한다. 다시 말해 인체가 필요로 하는 모든 성분은 자연의 조화에 맞게 적절하게 존재해야 체내에서 정상적인 기능을 하는 것이지 초과하거나 부족하여 비율이 어긋나면 오히려 부작용을 일으킬 수 있다. 교감신경이 오랜 기간 자극을 받아 과립구가 정상 비율을 초과하거나 부교감신경이 오랜 기간 자극을 받아 림프구가 비율을 초과하면 면역력이 오히려 약해지면서 조직이 파괴되고 결국 각종 암으로 발전한다.[40]

그렇기 때문에 오메가의 보충에만 신경 쓸 필요는 없다. 마그네슘이 당뇨병을 치료하는 효능이 있다고 해서 이를 마그네슘 보충제로 복용하는 것은 독을 복용하는 것과 같다. 자연에서 얻은 약이라도 가공된 것이라면 방부제, 보조제, 중금속 등 합성화학물질이 많이 들어있다. 당뇨병이나 고혈압, 심장질환 등 대부분의 만성질병은 합성화학물질에 의해 면역체계가 무너져서 생긴 증상이므로 이를 치료하기 위해서는 천연의 음식을 섭취해야 한다. 가공되지 않은 유기농의 채식위주에 간간히 곁들인 어류를 즐기며 약과 가공식품을 거부하면 대부분의 질병에서 벗어날 수 있다. 캐나다 웨스턴 온타리오 대학교의 데이비드 베일리와 그의 동료들은 혈압강하제 펠로디핀과 자몽의 혈압강하 작용을 연구했다. 그 결과는 자몽이 아무런 부작용을 일으키지 않으며 합성화학약품인 펠로디핀에 비해 혈압강하 작용이 크다는 사실을 입증했다.[41] 자몽만이 아니라 천연의 야채나 과일은 모두 여러 가지 성분이 상호작용하기 때문에 좋은 약으로 기능한다. 다만 천연의 음식으로 건강한 삶을 유지한다고 해서 노화까지 막을 수는 없다. 그러나 현대의학은 노화마저도 질병으로 간주하며 약으로 막을 수 있다느니 노화유전자를 제거하는 치료를 하면 장수한다느니 하는 어이없는 말을 하지만 이는 탐욕에 젖어 나오는 선전일 뿐이다. 노화는 거부할 수 없는 삶의 자연스런 한 과정이다.

5장. 천연의 발암물질+ 천연의 발암물질+ 천연의 발암물질은+ … =천연의 항암물질.

1. 알리신이 아니라 마늘이다.

영국의 리처드 돌과 함께 “폐암의 원인 중 95퍼센트는 담배와 고기이고, 기타 석면이나 벤젠, 카드뮴 등이 포함된 대기오염은 폐암의 원인이 되지 않는다.”는 담배공포를 만들어냈던 리처드 페토는 1981년 네이처에 한 연구 논문을 발표했다. 그는 논문에서 항산화제인 베타카로틴을 추가로 섭취하면 암 발병률이 크게 줄어든다고 한다. 그는 근거로 혈액 내 베타카로틴 농도가 낮은 집단이 농도가 높은 집단에 비해 암 발병률이 두 배나 높다고 한다. 그러나 이같은 연구는 마치 몰몬교도가 비몰몬교도에 비해 암 발병률이 크게 낮은 것을 근거로 몰몬교에 귀의하면 암 발병률이 크게 줄어든다고 주장하는 것과 마찬가지다. 몰몬교도

에게서 암, 심장질환, 뇌졸중, 당뇨병, 고혈압, 관절염 등 만성질환이 거의 나타나지 않는 까닭은 그들이 약과 가공식품, 술, 담배, 육식 등을 금하고 채식과 경건한 생활을 유지하기 때문이다. 또 그들은 자동차도 거의 운행하지 않는다. 수백 가지 요인 중 한 가지만 비교 검토하는 것은 치밀한 과학이 아니다. 네이처의 편집자는 페토의 논문 끝에 각주로 "독자들은 경솔하게 한 성분인 베타카로틴이 암을 예방해준다고 받아들여서는 안 된다. 암을 예방하려면 베타카로틴 보충제가 아니라 베타카로틴이 들어있는 당근을 섭취해야 한다. 당근에는 베타카로틴 이외에도 다양한 성분이 들어 있기 때문이다."고 적었다.[42] 참 현명한 조치다.

마늘에는 셀레늄, 황화합물, 칼륨, 인, 철, 아미노산, 비타민B와 C, 구리, 아연, 알리신 등 200여 가지 영양분과 미네랄이 풍부하다. 이런 성분들의 상호작용을 통해 암을 예방해주고, 혈관의 탄력성을 보호해주어 고혈압을 누그러뜨려 심장마비를 예방해 준다. 특히 알리신은 박테리아가 내성을 만들지 못하는 천연 항생물질로도 작용한다. 이것이 자연의 신비다. 천연의 음식이나 양념, 약초가 다양한 기능을 하고 질병을 예방해주면서도 거의 부작용을 일으키지 않는 이유는 수백 가지의 물질들이 상호작용을 일으키고, 또한 진화과정을 통해 우리 몸도 거기에 적응해 왔기 때문이다. 그러나 이런 각 성분들을 별도로 추출해 복용하면 오히려 독으로 작용한다. 항암작용과 심장병예방, 그리고 항생작용은 마늘의 효능이지 셀레늄이나 알리신의 효능이 아니다. 그러나 주류의사들은 적절한 양의 셀레늄과 리코펜을 섭취하기 위해서는 일주일에 생 토마토로는 164개, 익힌 토마토로는 16개를 먹어야 하지만 합성 처리한 스파게티 소스로는 단 10숟가락만 먹으면 충분하다고 한다. 그들은 비타민도 합성화학물질로 만든 약으로 복용할 것을 권한다.

그러나 이런 연구는 단지 제약산업을 보호해주기 위한 선전일 뿐이다. 사실 우리는 토마토만을 먹는 것이 아니다. 토마토도 먹고, 사과도 먹고, 오이도 먹고, 김치도 먹고, 마늘도, 후추도 먹는다. 이렇게 조화를 이룬 음식에는, 설령 일주일에 토마토를 두 개만 먹는다 해도 충분한 양의 셀레늄이 포함돼 있다. 그리고 음식으로 섭취하는 경우에는 리코펜이나 셀레늄뿐만 아니라 수백 가지의 각종 영양소, 비타민, 미네랄 등이 조화롭게 채워져 있다. 2004년, 하인츠사가 토마토에 들어있는 리코펜을 별도로 추출해서 만든 가공식품을 시판하면서 "리코펜은 전립선암과 자궁경부암의 위험을 줄일 수 있다."는 선전 문구를 사용하자 FDA는 "제출한 연구 결과들을 면밀하게 검토했지만 리코펜이 전립선암이나 자궁경부암의 위험을 줄일 수 있다는 과학적인 증거를 전혀 찾을 수 없다."며 과대광고를 금지시켰다.[43]

미국과 파키스탄의 공동 연구에 의해 계피가 당뇨병 환자에게 아무런 부작용 없이 혈당수치를 내리는 데 탁월한 효능이 있음을 밝혀냈다. 계피에 들어 있는 '탄닌산'이 체세포의 인슐린 수용체를 활성화시키고 그로 인해 혈당운송 호르몬의 작용을 개선시켜 준다는 것이다. 그러자 식품업계에서는 합성화학물질로 타닌산의 분자구조와 유사한 합성 탄닌산을 대량생산해 건강보조식품으로 만들어 내고, 또한 과자 등에도 첨가해 당뇨병에 좋다는 내용으로 선전해 판매했다. 그러나 계피에는 쿠마린이라는 간을 파괴하는 독성물질도 함께 들어있는데, 결국 쿠마린을 함유한 건강보조식품과 과자 등을 먹은 소비자들에게서 간 손상의 부작용이 크게 일어나는 것이 확인되어 판매가 금지됐다. 사실 당뇨병을 치료하기 위해서 복용해야 하는 것은 자연의 약초인 계피이지, 계피에서 탄닌산만을 추출해 내거나 합성화학물질로 분자식을 유사하게 만든 합성 탄닌산이 아니다. 천연의 탄닌산도 독성을 띠고 있지만 계피에 들어 있는 수 만 가지의 성분들과 조화를 이루어 독성을 중화하면서 혈당을 내려주기도 하고, 나쁜 콜레스테롤 수치도 내려주고 쿠마린의 독성을 중화시키기 때문에 천연의

약이 되는 것이다.[44] 그래서 아시아에서는 오래전부터 계피를 당뇨병뿐만 아니라 천연의 각종 질병 치료제로 사용해 왔다. 인류는 오래전부터 천연의 커피와 녹차, 인삼, 마늘, 알코올, 담배 등을 통해서도 당뇨병을 다스려왔다.

철분의 경우도 보자. 1971년, 뉴질랜드에서는 토착민인 마오리족에게서 철분이 현대의학이 설정한 기준치에 미치지 못하다는 사실을 확인했다. 이에 따라 뉴질랜드 의사들은 마오리족 주민들에게 철분보충제를 투여했다. 철분은 심장으로부터 산소를 운반해주고, 각종 효소를 만드는 주역이며, 간에서의 해독작용 뿐만 아니라 포도당을 에너지로 전환하는 데도 필수적이어서 생명체가 건강을 유지하는 데 없어서는 안 되는 미네랄이다. 그러나 철분을 투여 받은 주민들은 패혈증과 뇌막염 등 치명적인 질병이 7배나 늘어났다.[45] 생명체를 유지하는 데는 천연의 이온화된 철분이 필요한 것이지 무수린산이나 질산에 철을 결합시켜 대량 생산하는 합성 철분보충제가 필요한 것은 아니다. 마오리족의 식생활, 환경 등을 전체적으로 고려할 때 그들에게는 철분이 다른 민족에 비해 다소 부족해야 건강을 유지할 수 있었다. 이것이 생명의 신비이고, 자생능력이다. 그러나 모든 질병을 '미리 정해 놓은 수치'로 진단하려는 현대의학은 자연을 전체적으로 볼 수 있는 능력이 없기 때문에 오히려 치명적인 결과를 불러왔다.

북극의 에스키모인들이나 오끼나와 주민들이나 지중해 주민들이 건강하게 장수하는 가장 중요한 사실은 모두 미국식 환원주의에 젖어있지 않은 주민들이어서 가공식품이나 중금속, 화학약물 등을 가까이 하지 않는다는 것이다. 심장병, 뇌졸중, 신장병, 각종 암, 당뇨병, 우울증 같은 만성질환은 약이나 가공식품에 들어있는 합성화학물질에 의해 면역체계가 무너져서 발병하는 질병이다. 이러한 질병들은 합성화학물질을 쉽게 접하지 않는 아시아, 남미, 아프리카, 이슬람 지역, 뉴질랜드 등에서는 거의 발견되지 않는다. 따라서 이러한 만성질환자들은 중금속과 화학물질을 피하고 천연의 음식이나 천연의 약초를 가까이 하면 쉽게 치료된다.

부분의 합이 그 이상일 수 있는 것이 바로 자연의 질서인 상호작용이다. 이 상호작용에 인공적으로 개입하면 그 결과는 전혀 예측할 수 없는 상황으로 나타날 수도 있다. 진화의 과정에서 벗어나기 때문이다. 자연의 질서 속에서 인간의 몸은 신비롭다. 원상태로 돌아가려는 복원력이 있고, 적응력도 있지만 경이로울 만큼 복잡하다. 지구 역사상 인간을 가장 성공한 종으로 만들어준 이 복원력과 적응력은 정교하게 연결되어 있는 수많은 요소들로 이루어져 있다. 이러한 정교한 시스템이 정상대로 가동하려면 자연의 질서 속에서 벗어나지 않아야 한다. 자연이 가장 완벽한 상태는 아니라 해도 우리 인간은 자연의 일부이기 때문에 자연과 조화를 이뤄야만 가장 건강하게 평화를 유지할 수 있다.

2. 의사의 탐욕, 마가린!

이 자연 질서의 대표적인 것이 음식이다. 음식 속에는 수만 가지의 성분들이 상호작용을 하면서 완벽한 질서를 구축하고 있다. 각 성분들을 별도로 추출해 내면 인체 내에서 독으로 작용하지만 전체를 하나로 묶어 섭취하면 상호작용을 일으켜 독성이 중화되고 몸에서 훌륭한 천연의 약으로 작용한다. 그러나 환원주의에 빠진 현대의학은 자연의 조화를 무시하고 음식의 효능을 거부한다. 아무리 많은 연구를 통해 음식의 효능이 입증돼도, 천연과 합성의 작용은 크게 다르다는 것이 입증돼도 이를 받아들이려 하지 않는다. 주류의사들은 영양이나 약리작용 등에 대해서는 거의 대부분을 식품회사나 제약회사, 화학회사에서 제공하는 선전용 팜플렛을 통해 지식을 습득하기 때문이다. 그래서 영리를 목적으로 하는 기업의 이념과

무지와 탐욕에 젖은 주류의사들의 이념은 너무도 쉽게 결탁하게 된다.

마가린은 DES(탈리도마이드를 포함)와 함께 현대의학의 추악함을 보여주는 가장 대표적인 실례다. 수소분자가 섞인 식물성지방은 자연에 존재하지 않는다. 때문에 합성 트랜스지방은 가공되지 않은 유제품에 풍부하게 들어 있는 천연의 트랜스지방과 이름만 같을 뿐이지 구조와 작용은 전혀 다른 가짜다. 식물성지방은 우리 몸에 유익한 작용을 하는 영양분이지만 거기에 중금속인 니켈로 화학처리를 해서 수소분자를 집어넣은 마가린에서 생성되는 트랜스지방(산화지방)은 인간이 진화과정을 통해 접해보지 못한 물질이다. 트랜스지방은 인체가 좋은 콜레스테롤(HDL)⑩인 필수지방산을 흡수하지 못하도록 방해하고 반면에 나쁜 콜레스테롤(LDL)을 흡수하도록 권장한다. 나쁜 콜레스테롤 수치가 높아지면 혈관이 굳어져 피의 흐름이 지장을 받기 때문에 심장마비와 뇌졸중 등 각종 질병의 원인이 된다. 마가린이 얼마나 유해한지는 쉽게 실험해 볼 수 있다. 마가린을 베란다의 서늘한 곳에 그대로 방치해 두고 2~3개월 후에 관찰해 보면 어떤 미생물이나 벌레도 건드리지 않을 뿐 아니라 전혀 부패하지 않고, 색깔만 변한 채 그대로 쭈그러들어 있는 것을 볼 수 있다. 이런 현상은 햄버거나, 케이크, 빵, 마요네즈 등 대부분의 가공식품에서도 볼 수 있다. 보통 생우유는 이틀 정도면 상하지만 가공우유는 바깥 기온에서 7일 정도는 상하지 않는다.

그러나 여기서도 영양소의 중요한 내용은 조화로운 비율이다. 좋은 콜레스테롤(HDL)이 중요하다는 것은 나쁜 콜레스테롤과의 조화가 필요하다는 말이지 HDL 그 자체만으로도 건강에 유익하다는 말은 아니다. 정상적인 LDL과 HDL의 체내 비율은 1:1~2:1정도지만 현재 미국이나 일본, 우리나라 보통 사람들의 비율은 5:1~6:1이다. 현대의학이라는 신흥종교에 젖어 있는 주류의사들은 심장질환을 비롯해 모든 질병은 수술과 약으로 치료할 수 있다고 확신한다. 그러나 심장수술을 통해 건강을 유지하고 수명을 연장하는 환자는 2퍼센트에 불과하고 98퍼센트는 수술 도중 사망하거나 수술 후 재발, 합병증 발생, 영구적 뇌손상 등으로 사망한다.[46]

서구사회에서 폐암과 심장질환이 급속도로 늘어나던 1950년대 초에 주류의사인 리처드 돌은 화학업계로부터 더러운 돈을 받고 그 원인을 담배로 돌리며 담배공포를 만들어 갔고, 안셀 키스는 마가린 업계로부터 더러운 돈을 받고 그 원인을 콜레스테롤로 돌렸다. 키스는 콜레스테롤이 심장질환의 원인이라는 거짓 증거를 끌어내기 위해 22개국에서 조사한 자료 중에서 자신이 원하는 결론을 끌어낼 수 있는 7개국의 자료만 선택하고 나머지는 폐기했다. 사실 만성질병의 거의 전부가 합성화학물질에서 오는 것이지만 그들은 제약회사와 화학회사, 식품회사를 보호해주고 잠재적으로 자신들의 고객인 환자를 양산하기 위한 술책으로 거짓 연구를 진행했다. 이렇게 해서 그들이 발표한 거짓 연구는 산업체의 적극적인 지원과 주류언론의 우레 같은 박수를 받으며 의학의 교리가 되었다.[47] 1950년대에 미국 남성의 90퍼센트가 흡연자였지만 2010년대에는 23퍼센트로 줄었어도 폐암환자는 1950년대에 비해 4배 이상 늘고 있다. 담배공포의 실체에 대해서는 뒤에서 자세히 논하기로 하자. 또한 1940년대까지는 미국 시민의 대부분이 콜레스테롤 함량이 많은 버터와 계란을 일상의 식사로 활용하다가 식물성 지방 마가린이라는 가짜 음식으로 돌렸고, 콜레스테롤을 낮추는 약을 엄청나게 복용했지만 1950년대에 비해 현재 심장질환도 4배 이상 늘고 있다.

1980년대 후반부터 프랑스 국립의학연구소에서 미셸 드 로르주릴에 의해 진행된 연구에

⑩ 좋은 콜레스테롤(HDL)은 천연의 지방을 말하고, 나쁜 콜레스테롤(LDL, 산화 콜레스테롤)은 트랜스지방이나 올레스트라 같은 합성 지방을 말한다. 콜레스테롤의 허구에 대해서는 필자의 저서 “병원에 가지 말아야 할 81가지 이유”에서 자세하게 다루고 있다.

의하면, 심근경색을 경험했던 환자를 각 300명씩 두 그룹으로 나눠 한 그룹에는 콜레스테롤이 적게 들어간 음식을 제공하고, 한 그룹에는 콜레스테롤이 정상으로 들어간 음식을 제공하면서 관찰한 결과, 콜레스테롤이 적은 그룹에서는 심근경색 재발로 16명이 사망했고, 돌연사로 6명이 사망했지만, 콜레스테롤이 정상인 그룹에서는 심근경색 재발로 3명이 사망했고, 돌연사로는 단 한명도 사망하지 않았다. 결국 이 연구는 5년을 예정으로 진행됐지만 2년 만에 중단해야 했다. 콜레스테롤이 적게 함유된 식단은 오메가-6 지방이 많이 들어 있는 가공음식이고, 콜레스테롤이 정상인 식단은 오메가-3 지방이 상대적으로 많은 천연의 음식이었다.[48] 천연의 콜레스테롤은 오메가-3 지방을 이루는 성분으로 인체에서 분비하는 각종 호르몬의 재료로 사용된다.

트랜스지방이 많이 함유되어 있는 마가린이나 쇼트닝으로 감자와 어묵 등을 튀길 경우 발암물질인 '아크릴아미드'가 많이 생성된다. 미국이나 우리나라, 일본, 캐나다 사람들은 거의 매일 감자, 옥수수 등을 마가린에 튀긴 음식을 먹고, 어묵, 닭튀김, 과자 등 쇼트닝에 튀긴 음식을 먹는다. 반면 한창 마가린의 유해성이 대중에게 알려져 소비가 급감하던 1999년 미국 FDA는 베네콜과 테이크 콘트롤이라는 새로운 마가린⑪을 승인했다. 기존의 마가린은 옥수수기름을 수소 처리한 제품이지만, 새로운 제품은 콩기름을 수소 처리한 제품이다. 이 제품은 콜레스테롤을 10퍼센트 정도 낮추는 효과가 있다며 약이 아닌 식품으로 승인되었지만, 후에 밝혀진 사실에 의하면 이들 새로운 마가린이 크게 낮추는 것은 이전의 마가린과 같이 천연 콜레스테롤(HDL)이고 반면 건강에 해로운 산화된 콜레스테롤(LDL)은 높인다는 것과 설사를 유발하고, 또한 각종 암과 심장질환, 당뇨병 등을 예방해주는 베타카로틴도 크게 감소시키는 것으로 알려졌다.[49] 결국 베네콜 등 합성 마가린을 섭취한 수많은 사람들은 심장마비, 각종 암, 뇌졸중, 신부전증 등으로 고통을 겪으면서 죽어갔다. 그러나 많은 사람들이 각종 질병을 앓으면서 고통 속에 죽어가는 모습을 보면서 주류의사들은 아마도 행복에 겨웠으리라. 그들이 원하는 대로 콜레스테롤 수치는 내려갔고 황금탑은 더 높아졌으므로... 사실 내려간 수치는 좋은 콜레스테롤이었지만!

이후 계속되는 수많은 연구에 의해 '콜레스테롤이 적으면 심장질병을 예방할 수 있다.'는 주류의학의 교리는 결국 거짓이라는 사실이 세상에 드러났다.⑫ 문제는 1990년대부터 콜레스테롤의 허구가 밝혀져 '콜레스테롤-심장병 가설'은 의학계에서 사라졌고, 2000년대부터는 담배의 허구도 밝혀지면서 사라지고 있지만 대중들의 의식 속엔 그들이 심어 놓은 교리가 아직도 굳게 자리 잡고 있다는 사실이다. 일그러진 자본주의 논리에 젖어 무지와 탐욕을 불태우는 주류의사들로 인해 인류가 겪어온 고통을 생각해보면 등골이 오싹해진다. 밤에는 하이드의 악마성을 그대로 유지한 채 낮에는 양심적인 지킬로 행세하는 주류의사들은 이제 인류 앞에 무릎을 꿇고 속죄해야 한다. 그리고 더 이상 끔직한 약과 수술이라는 악마가 전해준 지팡이는 반드시 필요한 응급상황 이외에는 휘두르지 말아야 한다.

⑪ 지방이 체내에 흡수되어 다른 성분들과 조화를 이루며 화학반응을 일으키면서 수소를 흡수하여 인체의 알칼리성을 유지하게 되는데 이미 수소가 채워져 있으면 화학반응이 이뤄질 수 없게 된다. 불포화지방(산화되지 않은 지방)이란 이 같이 수소가 채워질 자리가 비워 있다는 말이다. 트랜스지방은 독이어서 미생물이 거의 침입하지 않기 때문에 방부제로 쓰인다. 이런 까닭에 트랜스지방이 많이 함유된 마가린으로 만들어진 가공식품은 방부제로 등록된 물질을 투여하지 않아도 유통기한이 20배 이상 길어진다. 이것이 '무방부제'의 비밀이다.

⑫ 콜레스테롤 가설의 실체에 대해서는 필자의 저서 '병원에 가지 말아야 할 81가지 이유'에서 자세하게 다루고 있다.

1993년, 미국 보스턴 셀틱스 구단 주장으로 연봉 6천 5백만 달러를 받고 활약하던 농구 선수 레지 루이스(Reggie Leis)는 당시 27세였다. 그 해 4월에 루이스는 경기 직후 심근경색으로 쓰러졌다.

그러자 구단 측은 세계적으로 유명한 심장병 전문의 12명을 초빙해 각자에게 100만 달러씩을 선불로 지불하며 루이스 선수를 다시 구장에 세워줄 것을 요구했다. 이 12명의 전문의들은 심장수술을 결정했지만 누가 루이스의 심장 수술을 주도해 부도 쌓고, 명예도 얻을 지에 대해 다투던 중 루이스 선수는 결국 그 해 7월 27일에 경기 중 2차 심장마비가 발생해 사망했다.

후에 밝혀진 사실은 루이스 선수에게 셀레늄⑬이 결핍돼 있었다는 것이다. 단지 1달러면 구입할 수 있는 과일에 풍부한 미네랄로 심근경색을 치료할 수 있다는 사실을 주류의사들은 인정하려 하지 않는다. 셀레늄은 강력한 활성산소인 과산화수소를 분해하며 세포의 손상을 예방해주는 효소로 연뿌리와 마늘, 양파, 다시마, 과일 등에 풍부하게 들어있는 미네랄이다. 탐욕과 무지에 젖은 주류의사들은 약과 수술이 아니라 비타민, 미네랄, 효소 등이 들어있는 음식으로 치료하게 되면 수입이 적기 때문에 이를 거부하고 대부분 수술과 약으로 치료하려 한다.

이 12명 중 한 사람으로 팀장이던 하버드의대 심장학과 교수 W. 토마스 네사는 루이스가 사망한 지 1년 6개월이 지난 1995년 1월에 역시 루이스와 동일한 질병인 심근경색으로 사망한다. 18개월 전에 루이스 시신을 부검하면서 사망원인이 셀레늄의 부족이라는 사실을 알았지만 의대에서 영양소로 질병을 치료할 수 있다는 사실을 배우지 않았거나 알고 있었어도 이를 무시했기 때문이다.

6장. 자연의 음식은 최고의 약.

그러나 천연의 효능을 거부하는 주류의사들은 천연이 오히려 합성보다 더 위험하다고 강변한다. 그러면서 그들은 뱀의 독이나, 버섯의 독, 감자의 눈에 들어있는 솔라닌, 시금치의 옥살산 등을 예로 든다. 참으로 어처구니없는 일이다. 수만 년의 임상실험을 거치면서 우리 선조들은 뱀의 독이나 독버섯을 음식으로 선택하지 않았다. 그리고 감자를 요리할 때는 눈을 잘 제거해 솔라닌을 피해왔다. 전 세계에서 뱀독이나 독버섯, 솔라닌을 음식으로 섭취하는 민족은 없다. 전 세계에 퍼져 있는 버섯의 종류는 2만 종이 넘지만 선조들의 임상실험을 거쳐 그 중의 10퍼센트에 미치지 못하는 1,800여 종만 식용으로 이용한다. 게다가 자연의 오랜 임상실험을 통해 독버섯이나 뱀의 독을 약으로 활용하는 방법도 터득했다.

반면 식물이나 동물의 독은 진화과정에서 자신을 보호하기 위해 스스로 터득한 방어기제이지만 이 같은 모든 자연의 독은 부작용이 전혀 없는 약으로 사용될 수 있다. 게다가 감자의 솔라닌이나 차코닌, 시금치의 옥살산만을 별도로 추출해 다량 섭취하면 치명적인 독이지

⑬ 셀레늄은 1975년에 새롭게 밝혀진 미네랄로 토양에 풍부하고 마늘, 야채 또는 견과류를 통해 쉽게 필요량을 섭취할 수 있다. 연구에 의하면 셀레늄이 부족하게 되면 정자수가 부족하게 되어 불임이 되기도 하고 심장병과 각종 암, 고혈압, 관절염 등을 유발시키기도 한다. 또한 셀레늄은 카드뮴, 수은, 비소, 니켈 등 중금속을 체외로 배출시키는 기능도 한다. 그러나 보조식품으로 팔리는 합성셀레늄은 전기로 제련한 구리 용기 바닥에 가라앉은 침전물에서 추출하는 준금속(금속과 비금속의 중간 형태)으로 독한 냄새를 띠는 독성 물질이며 복사기, 태양광 집광판, 유리 첨가제로도 사용되고 있으며 또한 가공식품의 방부제로도 사용되고 있다.

만 음식으로 섭취하면 안전하다는 사실을 터득했다. 각 성분이 상호작용을 하면서 몸에 유리하게 작용하고, 독성은 중화되어 바로 체외로 배출되기 때문에 선조들이 물려준 음식에는 독성이 나타나지 않는다.

마치 전통의학의 허구를 지적하는 주류의사들이 전통의학의 극히 일부인 점성술이나 굿을 비과학적인 예로 드는 것과 동일하다. 그러나 사실 점성술이나 굿이나 기도도 놀라울 정도로 플라시보 효과를 나타내는 것으로 밝혀졌다. 천연과 합성을 구별할 능력이 없는 주류의사들은 천연의 음식이나 약초가 효능을 발휘하는 것도 결국 화학물질 때문이라며 천연과 합성은 동일하다고 한다. 이것도 참 어처구니없는 말이다. 약초에 함유돼 있는 것은 천연성분이고, 약이나 가공식품에 함유돼 있는 것은 합성성분이다. 천연과 합성은 전혀 다른 물질로 천연은 수십 억 년의 진화과정을 통해 생명체가 적응해 왔지만 합성은 이제 지구에 출현한 지 100년도 되지 않은 물질이어서 아직 적응이 안 된 물질이다.

물론 요즈음은 화학업계의 집중 공략 때문에 채소나 과일, 약초 등도 대부분 합성화학물질인 제초제, 살충제, 비료 등으로 재배한다. 그리고 재배뿐만 아니라 유통과정에서도 채 익지 않은 상태에서 수확해 합성화학물질로 만들어진 에틸렌가스로 숙성시키고, 또한 진열과정에서 시드는 것을 막기 위해 합성화학물질로 된 파라핀 왁스⑭로 코팅을 한다. 그래도 역시 채소나 과일 등은 약이나 가공식품에 비하면 월등히 안전하다. 사실 대부분의 합성화학물질은 극미량으로도 치명적인 부작용을 일으킬 수 있다. 예컨대 절연재나 자동차 오일에 첨가되는 PCB는 5ppb(축구장만한 수영장에 한 방울을 떨어뜨리는 정도)만으로도 자궁 속의 태아에게 영구적인 뇌 손상을 유발할 수 있고, 비스페놀A는 2ppb의 양으로도 뇌 손상을 일으킬 수 있다. 합성화학물질이 미량이어서 단독으로는 질병을 유발하지 않는다 해도 체내에서 다른 합성화학물질과 만나 어떤 상승작용을 일으킬지는 아무도 예측할 수 없다.

클리블랜드 클리닉의 칼드웰 에셀스틴은 1985년, 23명의 중증 심장질환을 겪고 있는 환자들을 대상으로 11년간 식이요법을 실시했다. 심장질환치료제인 약물과 가공식품을 금지시키고 과일과 채식위주의 식사를 제공했다. 환자들 중 5명은 2년 내에 포기하고 다시 약물과 일반식단으로 돌아갔고, 1명은 약물은 계속 중단했지만 식이요법은 포기했다. 17명이 11년간 약물을 중단한 채 식이요법을 충실히 따른 결과 치료가 시작된 후 11년 동안 17명에게서는 단 한건의 관상동맥증상도 일어나지 않았고 산화 콜레스테롤도 크게 낮아졌다. 약물치료와 일반식단을 선택한 5명은 1995년까지 모두 심장마비로 사망했고, 약물은 중단했지만 식이요법은 거부한 1명은 2003년에 사망했다. 반면 약물을 중단하고 식이요법을 따른 17명은 모두 2006년 현재까지 건강하게 생존해있다. 이 실험이 진행되는 동안 주류의사들은 에셀스틴이 '약이 아닌 음식으로 치료하는 것은 비인간적이고 비과학적인 가혹한 치료'라며 비난하기도 했다.[50)]

또한 캘리포니아 대학교 의과대학 교수인 딘 오니쉬는 지원자를 모집해 48명의 심각한 관상동맥 심장질환자를 상대로 5년간 일체의 약물을 거부한 채 채식과 가벼운 운동을 결합한 치료를, 35명의 환자에게는 미국심장협회가 권장하는 일반적인 약물치료를 하는 실험을 진행했다. 그 결과 채식으로 식단을 바꾸고 일체 약물을 투여하지 않은 그룹에서는 거의 80퍼센트인 36명이 호전된 반면, 약물치료를 계속한 환자그룹에서는 16퍼센트인 6명만이 증

⑭ 파라핀은 석유에서 추출하는 합성화학물질로 비누, 초의 재료로도 쓰이고 남성용 성기확대 재료 또는 코수술 보충재로도 쓰인다. 토마도, 오렌지, 사과 등 대부분의 과일과 채소에 분무 형태로 살포해 표면에 얇은 막(코팅)을 씌우는데 사용한다. 코팅을 하면 착색제, 살균제, 수분 등이 쉽게 사라지지 않아 유통기한을 크게 늘릴 수 있다.

세가 호전됐다. 특히 오니쉬는 약만을 중단할 것을 요구하는 대신 가공식품에 많이 들어 있는 트랜스지방뿐만 아니라 각종 육류와 무지방 유제품, 명상, 마사지 등도 허락하며, 먹고 싶은 대로 먹으라고 허용했다. 간호사건강연구(NHS)를 이끌고 있는 조앤 맨슨도 약, 가공식품, 스트레스 등을 피하고 채식과 과일, 운동 등의 습관을 가지면 관상동맥질환의 83퍼센트는 막을 수 있다고 한다.[51)]

채식위주의 식단과 운동을 통해 우리 주변을 맴돌고 있는 수많은 질병에서 벗어나 건강하게 삶의 질을 높일 수 있다는 과학적인 연구는 계속해서 발표되고 있다. 그러나 지금도 많은 사람들이 약물, 가공식품, 합성건축자재 등을 아무 거리낌 없이 사용하고 있는 까닭은 우리가 화학물질에 대한 지식을 주로 광고나 TV 또는 주류의사들을 통해 접하기 때문이다. 건축자재에서 나오는 물질(새집증후군)은 알레르기와 폐암의 가장 큰 원인으로 확인되고 있다. 이윤을 목적으로 하는 광고가 진실을 말해줄리 없고, 광고료를 통해 운영비의 전부를 충당하는 TV가 과학적인 진실을 알려줄리 없다. 게다가 고객인 환자가 늘어나기를 바라는, 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들이 진실을 말해주리라고는 더욱 기대하기 어렵다. 전문가집단이 그들만의 벽을 쌓고 거짓을 호도하는 이런 현실에서 건강을 지키기 위해서는 스스로 진실을 알고 슬기로운 판단을 해야 할 것이다.

제3부. 합성비타민은 독이다.

“비염 알레르기를 치료하는 데는 비타민제가 좋아요. 저도 비타민제를 먹고있습니다.”

필자가 자주 들르던 내과 의사는 명문의대를 졸업하고 대학병원에서 전문의로 활동했던 분으로 약을 처방하면서 추가로 고가의 비타민제를 추천했다.

“비타민제는 합성물질 아닌가요? 합성물질은 독으로 알고 있는데요.”

“잘못 알고 있군요. 합성이나 천연이나 작용은 동일합니다.”

다소 짜증이 섞인 어투로 그분은 계속해서 합성이나 천연이나 인체 내에서 동일하게 작용한다는 사실을 설득하느라 몇 분을 소요했다.

“아! 이 의사도 무지하구나.”

그 이후로 필자는 그 병원에 발길을 끊었다. 현대의학의 허구를 인식하면서 가능한 한 약을 거부하기로 했지만 평생을 앓아온 비염으로 콧물이 너무 심하던 2000대 중반에 있었던 일이다.

1장. 합성비타민은 방부제다.

비타민은 대량영양소인 단백질, 탄수화물, 지방과는 달리 에너지를 만들어 내거나 신체구성 물질로 작용하지 않지만 미네랄과 함께 대사를 원활하게 하고, 면역체계를 형성하는데 반드시 필요한 미량 물질이다. 우리가 각종 가공식품이나 가공원료를 통해 가장 많이 섭취하는 식품첨가제는 방부제인 아스코르브산(합성비타민C), 감미료인 아스파탐에 이어 보존료인 프로필렌글리콜이다. 합성 비타민C는 대부분의 가공식품에 방부제와 착색제 등으로 쓰이는데 면역력을 약화시키면서 두통, 감기, 알레르기 등을 유발한다. 반면 천연의 비타민C는 위에서 음식에 들어있는 질산염이 독성의 아질산염으로 전환되는 것을 막아주고, 탄 고기에서 나오는 발암물질인 니트로사민의 생성을 억제해주며, 암세포가 더 이상 확산되지 않도록 주변의 콜라겐 조직을 강화해준다. 아스파탐은 뇌암, 뇌신경파괴 등을 유발하는 것으로 알

려져 있다. 프로필렌글리콜은 식품을 오래도록 촉촉하게 해주고 다른 화학첨가제를 식품에 첨가할 수 있도록 용해시켜주는 기능을 하는 습윤제다.

그러나 이 아스코르브산은 다른 모든 첨가제와 같이 석유의 탄화수소를 변화시켜 만드는 합성화학물질로, 방사선조사에 쓰이는 코발트 60과 같이 자연에 존재하지 않는 물질이다. 이 물질은 화장품, 부동액, 왁스 등 전 분야에서 일반적으로 사용되는 반면 치명적인 발암물질로 전 세계가 철저히 사용량을 제한하고 있다. 다시 말해 아스코르브산은 비타민C가 아니다. 비타민C에는 천연의 아스코르브산 이외에도 루틴, 바이오플라보노이드, 티로시나아제, 그리고 여러 가지 천연의 미네랄이 함유된 복합 상태다. 한 연구에 의하면 현대인이 의약품, 가공식품, 화장품, 생활용품 등으로 하루에 섭취하는 합성화학물질은 80종으로, 티스푼 2개 정도의 분량이고, 평생 동안 섭취하는 양으로 환산하면 200킬로그램에 해당한다고 한다. 이렇게 엄청나게 쌓이는 화학물질로 인해 사망한 때에는 시체가 제대로 썩지 않는 경우가 흔하다고 한다.[52)]

각종 비타민은 야채와 과일에 풍부하게 들어있는 미량영양소로 항암작용뿐만 아니라 각종 질병을 막아주는 기능을 한다. 문제는 우리가 영양제로 섭취하는 비타민C나 가공식품에서 방부제와 보존제로 쓰이는 비타민C가 과일 등 천연에서 얻는 것으로 오해한다는 것이다. 오늘날의 일그러진 자본주의는 비타민C를 자연에서 얻지 않고 더 큰 이윤을 위해 공장에서 대량 생산하는 합성 아스코르브산으로 대체했다. 천연 비타민은 식품을 부패시키는 반면 합성 비타민은 썩지 않는 작용으로 방부제와 색을 유지시켜주는 보존제 기능을 하기 때문에 천연비타민을 식품에서 제거하고, 대신 합성비타민을 다시 식품에 첨가한다. 그리고는 '비타민C 첨가'라는 문구를 게재한다. 환원주의에 젖어 있는 현대과학은 천연과 합성의 분자구조가 같다는 이유로 효능도 동일하다고 믿기 때문에 이를 분류하지 않고 모두 비타민이라고 한다.

가공식품에서 과자, 빵 등이 불그스름하게 변해 먹음직스럽게 되는 현상이나 과일 주스가 오래 지나도 변색되지 않는 이유는 합성 비타민C인 아스코르브산이 첨가되었기 때문이다. 판매용 새우가 선명하게 색을 유지할 수 있는 것도 합성비타민C 용액으로 처리했기 때문이다. 합성 비타민B는 리보플라빈이란 이름으로 주로 푸딩, 치즈, 수프, 과자, 주스 등 달콤한 맛과 먹음직스러운 색을 내는 첨가제로 쓰인다. 합성 비타민A는 베타카로틴이란 이름으로 오렌지색을 내는 첨가제로 쓰인다. 합성 비타민E는 토코페롤이란 이름으로 방부제로 쓰인다. 비타민 열풍 속에서 거의 대부분의 가공식품에는 합성비타민이 첨가된다.

인간은 진화과정에서 비타민을 스스로 생성하는 능력을 잃었고, 따라서 균형 잡힌 먹거리 활동을 통해 외부로부터 비타민을 섭취해야 한다. 비타민은 대부분 특정 효소의 작용을 도와주는 역할을 하며, 비타민B12를 제외하고는 모든 비타민과 인, 황, 철, 구리, 칼륨, 셀레늄 등 모든 미네랄이 채소와 과일에 풍부하게 들어 있다. 그러나 비타민이나 미네랄은 미량만이 필요하고, 한 번 들어온 비타민은 쉽게 몸 밖으로 배출되지 않으며, 필요한 정도는 음식에 충분히 들어 있기 때문에 보충제를 통해 섭취할 필요는 전혀 없다. "음식으로 섭취하는 비타민은 필요량을 채우지 못하기 때문에 별도로 비타민 보충제를 복용해야 한다."는 말은 인류의 건강을 해쳐서라도 탐욕을 불태우려는 주류의사들과 제약회사의 거짓 선전 문구에 불구하다.

반면 비타민B12는 동물만이 합성해낼 수 있어 동물을 통해서만 섭취할 수 있다. 그러나 채소와 과일을 주로 섭취하는 사람도, 별도로 합성으로 만든 비타민B12 보충제를 복용할 필요는 없다. 야채나 과일의 표면에서 기생하는 미생물을 통해 충분히 필요량을 섭취할 수

있기 때문이다. 설령 비료, 살충제, 제초제, 살균제 등으로 미생물이 남아있지 않더라도 가끔씩 접할 수 있는 유기농이나 산나물, 야생 과일, 숲의 샘물을 통해 충분히 섭취할 수 있다. 그리고 효모에 의한 발효식품인 치즈, 버터, 요구르트, 간장, 고추장, 된장, 김치, 술 등을 통해서도 충분히 섭취할 수 있다. 전 세계 모든 민족에게 공통적으로 존재하는 발효식품은 선조들의 탁월한 지혜의 산물이다.

2장. 약국엔 천연이 없다.

놀라운 사실은 우리가 흔하게 섭취하는 비타민이 대부분이 위에서 언급한대로 자연에는 존재하지 않는 합성비타민이라는 것이다. '천연'이라는 말은 단지 선전문구일 뿐이다. 과일 등에서 비타민, 코엔자임Q10, 섬유소 등과 같은 특정 성분을 추출하려면 화학약품으로 처리해야만 가능하다. 건조, 원심분리, 압축, 분쇄와 같은 전통적인 제조방법으로는 특정 성분만을 별도로 분리해낼 수 없다. 결국 공장에서 화학처리를 통해 대량생산하는 물질에는 천연이 없다. 게다가 제약회사는 이윤을 최대로 늘리기 위해 석유나 석탄에서 추출해낸 성분의 분자구조를 바꿔 대량 생산한다.

약국에서 판매하는 보충제는 비타민C가 아니라 방부제로 쓰이는 합성화학물질이다. 이는 마치 염화물과 나트륨에 다양한 미네랄이 함유된 상태가 소금⑮이지, 이 중에서 나트륨만을 별도로 추출해내면 소금이 아니라 방부제인 나트륨인 것과 같다. 모든 합성화학물질은 자연에 존재하지 않는 인공물로 썩지 않는다는 특징이 있어서 방부제로 사용한다. 소비자에게는 '비타민C 첨가'라는 선전 문구를 곁들여 가격을 인상할 수 있고, 동시에 '무방부제'라는 라벨을 사용할 수 있는 잇점이 있다. 그런데 특히 합성 비타민C가 치명적으로 위험해질 수 있는 까닭은 합성비타민C인 아스코르브산이 방부제로 식품에 흔하게 첨가되는 안식향산나트륨(벤조산나트륨이라고도 한다)과 반응해 맹독성의 벤젠을 만들어낸다는 사실이다. 벤젠은 조금은 씁쓸한 냄새도 느껴지지만 달작지근하면서도 향기로워서 벤젠의 향을 좇다가는 순간적으로 시간과 공간을 달리할 수 있을 정도로 위험한 1급 발암물질이다. 벤젠은 휘발유에도 첨가되고, 살충제의 원료로도 쓰이고, 가공식품과 청량음료 그리고 무 카페인 커피 등의 향미제로도 사용되는 물질이다.

합성비타민을 포함해 대부분의 영양보충제는 생산과정에서 유통기한을 늘리고, 변색을 막고, 또한 복용 시 체내에서 잘 용해되도록 하기 위해 수은, 비소, 납 등의 중금속과 살충제 등을 함유한다. 이러한 것들은 많은 연구에 의해 암, 당뇨병, 고혈압, 알츠하이머병 등 치명적인 질병을 유발하는 것으로 밝혀진 물질들이다. 게다가 보충제의 효능을 높이기 위해 위험한 약성분인 합성 스테로이드나 불법 마약 성분을 포함시키기도 한다. 합성 스테로이드는 합성 호르몬으로 뼈를 괴사시키고, 근육을 파괴하며 유방암, 뇌졸중, 심장질환, 고혈압 등을 유발한다. 비타민, 스테로이드뿐만 아니라 아스피린, 항산화제, 글루코사민, 레티놀 등도 모두 천연과 합성을 구별하지 않기 때문에 많은 사람들이 천연으로 알고 있지만 사실 약국에서 구입하는 것에는 천연이 거의 없다.

그리고 설령 약국에 비싸게 팔리는 천연 비타민 제품이 간혹 있다고 해도 중요한 사실은 항암작용을 하는 것은 채소나 과일이지 거기에 들어있는 비타민C가 아니라는 것이다. 비타민C만을 과일 등에서 추출해내면 다른 성분들과 조화를 이루지 못하기 때문에 그것은 독으로 작용할 수 있다. 뮌헨대학의 귄터 볼프람은 "과일과 야채가 몸에 좋은 이유는 단지 그

⑮ 우리나라는 1962년 '염 관리 임시조치법'을 제정하여 천일염을 광물로 규정해 음식에 첨가할 수 있는 첨가제에서 제외했다. 어민들이 생산하는 천일염에는 흙, 모래 등이 섞여 있어 위생상 섭취할 수 없는 물질이라는 생각에서였다. 그 후 2008년에 법이 개정되어 천일염도 식용이 가능한 음식에 포함됐다.

안에 함유된 각각의 물질 때문이 아니라 많은 자연의 성분들이 적절하게 조화를 이루고 있기 때문이다."고 한다.[53] 인간의 신진대사에 영향을 미치고 있는 자연의 물질은 10만 가지가 넘을 수도 있는데 과학이 밝혀낸 것은 4천 가지도 되지 않는다고 한다. 게다가 이런 물질들이 어떻게 상호작용을 하고, 이러한 상호작용이 어떠한 효과를 내는지는 거의 알아낸 것이 없다.

마운트 시널 의과대학 교수인 빅터 허버트도 "우리는 음식을 통해 60가지 미네랄과 16가지 비타민, 12가지 필수아미노산 그리고 3가지의 필수지방산을 충분히 섭취할 수 있다. 보충제를 통해 이를 추가로 섭취한다 해도 건강에는 아무런 도움을 주지 못하고 단지 비싼 오줌을 만들뿐이다."고 지적한다.[54] 영양이 질병을 치료하기 위해서는, 예컨대 비타민A를 섭취한다고 야맹증이 치료되는 것이 아니라 60가지 미네랄과 16가지 비타민 등을 골고루 조화롭게 섭취해야 한다. 특정 성분을 추출해낸 건강보조제가 암, 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 신장질환 등을 예방해주고, 치료해준다는 연구 결과는 많다. 그러나 이러한 연구들은 모두 제약회사의 재정지원으로 이뤄진 거짓 연구들이다. 독립적인 연구들의 결과는 대부분 건강보조제가 질병을 예방해주는 효과는 전혀 없고, 오히려 질병을 악화시키거나 새로운 질병을 만들어낸다고 한다. 비타민 등 미네랄은 건강을 지키기 위해 반드시 필요한 물질이지만 우리가 일상에서 먹는 음식을 통해 섭취해야 한다.

사실 당뇨병이 크롬과 바나듐의 부족에서 오는 질병이듯이 암뿐만 아니라 모든 질병도 영양부족에서 온다. 다양한 종류의 영양소가 인체 내에서 조화를 이루면 합성화학물질로 약해진 면역체계도 회복되어 모든 질병을 막아낼 수 있다. 물론 우리가 채식위주의 건강한 식단을 유지한다 해도 비료와 단작 농법에 의해 이미 토양의 80퍼센트가 소실된 상황에서 각종 영양소가 부족한 것은 사실이다. 그러나 부족한 영양소는 유기농으로 보충해야 할 문제이지 합성화학물질인 보충제나 약, 가공식품으로 해결할 수는 없다. 우리 몸의 면역체계를 무너뜨리는 부작용의 60퍼센트는 약 때문이고 20퍼센트는 가공식품 때문이다. 그리고 대기오염이나 수질오염은 10퍼센트, 기타 10퍼센트 정도 영향을 미친다(이 수치는 필자의 추론이다). 이런 위험한 물질 중에서 대기오염이나 수질오염⑯은 도시생활을 영위하는 한 피할 수 없는 부문이니 어쩔 수 없지만 약과 가공식품은 피할 수 있다. 적어도 두 가지만 멀리해도 질병의 위험에서 80퍼센트는 벗어날 수 있다.

3장. 조금 느리게, 그러나 자연스럽게!

노화방지, 암 예방, 심장기능과 혈압유지, 피로 회복에 효능이 있다는 이유로 우리나라에서 최근에 열풍이 일고 있는 조효소 코엔자임Q10도 음식을 통해서 섭취하지 않으면 아무런 효능이 없다. 코엔자임Q10을 박테리아 또는 유전자를 조작한 담배의 '소라네소르' 성분을 화학처리해서 대량 생산하는 물질이다. 게다가 원래 코엔자임Q10은 일본에서 심장병 치료제인 '유비디카레논'이라는 의약품으로 판매되다가 피부발진, 식욕부진, 구토, 설사, 저혈당, 저혈압 등의 부작용이 심해 판매가 금지되자 규제가 거의 없는 건강보조식품으로 판매하고 있는 것이다.[55] 그러나 분자식만 비슷할 뿐 코엔자임Q10이나 합성비타민은 가짜이기 때문에 우리 몸에서는 전혀 다르게 작용한다. 합성비타민은 자연에 존재하지 않는 물질이다. 그리고 비타민은 미량영양소이기 때문에 우리 몸이 필요로 하는 양은 미량이다. 이 정도의 필요량은 우리가 일상적으로 먹는 야채나 과일 등 천연의 음식을 통해서 충분히 섭취할 수 있

⑯ 피임약, 비옥스(관절염치료제), 리덕스(비만치료제), 프로작(우울증치료제), 리탈린(주의력결핍장애치료제) 뿐만 아니라 각종 유기 살충제, 공업용 화학물질 등이 개울과 강을 거쳐 모든 수질을 오염시키고 있다.

다.

예컨대 채소, 과일에 다량으로 들어있는 아질산나트륨이 체내로 섭취되면 체내의 박테리아에 의해 아질산나트륨으로 변하는 것은 사실이지만 이 천연의 아질산나트륨은 가공식품에 방부제로 첨가되는 아질산나트륨과는 전혀 다른 작용을 한다. 천연의 아질산나트륨은 악성 박테리아를 막아주면서 인체에 아무런 해를 미치지 않고 빠른 시간 내에 체내에서 배출되지만, 석유에서 추출한 합성 아질산나트륨은 체내에서 쉽게 배출되지 않고 지방층에 축적되어 각종 암, 심장질환, 당뇨병, 신부전증, 뇌졸중 등을 불러온다. 이에 대해 주류의사들은 합성 아질산나트륨이 암 등 질병을 유발하는 것은 사실이지만 음식의 부패를 막아주어 보툴리누스 독소(보톡스)와 같이 치명적인 독으로부터 생명을 보호해준다고 변명한다. 그러나 보툴리누스 독소도 별도로 추출해내면 치명적인 독이지만 음식 속에서는 여러 가지 성분의 상호작용에 의해 독성이 크게 중화된다.

천연의 효소인 알파 아밀라제는 빵을 부풀어 오르게 해 더 부드럽고 촉감을 좋게 해준다. 그러나 대부분의 빵이나 과자 등에 첨가하는 이 효소는 유전자를 조작한 박테리아에서 대량생산한다. 주류학자들은 섭씨 170도의 고온으로 구워 완성된 빵 등에서는 효소가 모두 죽어 더 이상 기능을 하지 않기 때문에 인체에 아무런 영향을 미치지 않는다고 한다. 그러나 한 연구에 의하면 천연의 효소는 보통 섭씨 70도 이상에서는 모두가 파괴되지만 섭씨 170도에서 구워낸 빵에서도 유전자가 조작된 알파 아밀라제 효소는 다 죽지 않고 일부가 남아 인체 내로 흡수된다고 한다. 이 효소에는 특이단백질 분자를 함유하고 있고, 또한 유전자가 조작된 효소는 자연에 존재하지 않는 물질이므로 면역체계가 이물질로 받아들여 알레르기 증상을 일으키는 것으로 알려졌다. 중요한 사실은 규제완화라는 희미한 유령이 세계를 덮고 있는 현재 상황에서 미국이나 일본, 우리나라, 캐나다, 영국 등에서는 유전자가 조작된 효소도 '천연'으로 인정한다는 사실이다. 그러나 수십억 년 동안 우리와 함께 진화해온 천연과 최근에 갑자기 지구에 나타난 유전자조작 또는 합성은 전혀 다른 물질이다.

그러나 가공식품의 부패를 합성화학물질로 막아 유통기간을 늘리는 방법보다는 조금은 불편해도 늘 천연의 신선한 음식을 자주 요리해서 섭취하는 것이 생명을 건강하게 유지하는 좋은 방법이다(조금 느리게, 그러나 자연스럽게!). 합성화학물질의 이름을 천연의 물질과 동일하게 붙이는 까닭은 천연과 합성을 구별하지 못하게 하려는 주류의사와 주류화학자들의 기망 행위 중 하나다. 체내의 박테리아가 섬유소를 분해해 에너지를 이용하면서 분비하는 천연의 프로피온산은 대장암, 위암, 폐암 등을 예방해주는 작용을 하지만, 합성화학물질로 만들어 빵의 방부제로 첨가하는 합성 프로피온산은 오히려 대장암, 위암, 유방암 등 각종 암을 유발한다.

4장. 딸기향 우유에는 딸기가 없다.

딸기에는 항산화제인 비타민C가 풍부하기 때문에 일주일에 딸기 6~10개만 먹어도 필요한 비타민C를 충분히 섭취할 수 있다. 게다가 딸기에는 소염과 진통작용이 있는 물질인 메탈살리실산이 풍부하게 들어 있어 예로부터 약재로 사용해왔다. 고혈압이나 당뇨병, 비만, 심혈관질환 등 성인병 예방 효과가 있으며 시력 향상에도 좋다. 물론 이런 효과는 딸기에만 있는 것은 아니고 서로 조금씩 차이가 있긴 하지만 모든 야채, 과일 등 천연의 음식은 이런 작용을 한다. 따라서 딸기를 일 년 내내 섭취할 필요는 없고 딸기가 수확되는 봄철에만 이용하면 된다. 다시 말해 모든 야채나 과일은 제철에 나는 것을 섭취하는 것으로도 충분하다.

그런데 현대의 첨단과학은 자연에 존재하는 모든 물질의 성분과 분자구조를 분석해낼 수 있다. 기체 크로마토그래피는 물질의 구성요소를 정확이 분리해내고, 질량분석기는 각 요소의 분자량을 정확하게 측정하는 동시에 성분들의 조성 관계를 밝혀주고, 핵자기공명(MMR) 분석기는 분자구조를 정황하게 분석해준다. 게다가 유니버셜TA-XT2 텍스처 분석기는 25개의 정밀탐침을 이용해 우리 입이 느낄 수 있는 촉감을 정확하게 찾아낸다. 몬산토, 듀퐁, 지보단 등 대표적인 화학회사들은 이런 첨단기기와 석유를 이용해 지구상에 존재하는 모든 색상과 냄새, 맛 등을 합성화학물질로 유사하게 만들어낼 수 있다. 이제 이 같은 정밀기계를 통한 합성화학물질로 인류는 동일한 맛과 동일한 향, 동일한 색, 동일한 모양, 동일한 촉감에 길들이고 있다. 게다가 이런 맛은 시간이 흘러도 변질되지 않고 그대로의 색을 오래도록 유지한다. 반면 야채든, 과일이든, 고기든, 우유든 천연의 음식은 맛과 향, 색, 촉감이 모두 조금씩 다르다. 그 다른 것이 다양성이고 그 다양성이 조화를 이루며 천연의 음식을 만들어낸다. 이런 다양한 냄새와 맛, 색은 우리로 하여금 신선한 것인지 아닌지를 구별해내는 기준이 되지만 변하지 않는 외양은 기준을 잃게 해 종종 식중독 사고를 일으키기도 한다.

슈퍼마켓에서 파는 가공식품인 딸기향 우유에는 단 한 방울의 딸기를 포함하지 않고도 석유에서 추출해내는 합성화학물질인 벤즈알데하이드라는 첨가제 등으로 딸기 색상과 딸기 냄새, 딸기 맛을 그대로 재현해낼 수 있다. 바닐라향은 종이제조 과정에서 폐기물로 생성되는 바닐린이라는 합성화학물질이, 닭고기 요리에 사용하는 육수는 아미노산 L-시스테인이라는 합성화학물질이 그대로 재현해 낸다. 참고로 종이제조 폐기물에서 나오는 냄새가 바닐라 난초에서 나오는 향기와 비슷하다고 해서 이 폐기물의 이름을 바닐라와 유사한 바닐린이라고 붙였다. 식품회사가 천연의 첨가제가 아닌 합성첨가제를 사용하는 까닭은 천연은 건강에는 좋지만 비싸고 부패하기 쉬운 반면, 합성은 부패하지 않아 유통기간을 늘릴 수 있고, 가격도 10분의 1 수준밖에 되지 않으며 또한 합성이기 때문에 영양분이 전혀 없어 다이어트용으로 선전하기도 좋기 때문이다.

마찬가지로 커피용 프림에도 우유나 크림은 단 한 방울도 들어 있지 않다. 주원료는 옥수수나 야자에서 추출하는 식물성유지와 전분에 방부제, 유화제, 용해제, 증점제(끈적끈적한 느낌을 주게 하는 첨가제), 착색제 등의 식품첨가물을 혼합하고, 물에 잘 녹게 하는 성분인 카제인나트륨(기름때를 녹이는 양잿물로 세제의 주원료) 등의 용해제를 첨가하고 아스파탐 같은 감미료를 첨가한다. 그리고 하얀 우유 같은 느낌을 주기 위해 표백제를 첨가한다. 한마디로 프림은 식물성지방에 수소를 첨가해 경화시킨 일종의 마가린을 액화시킨 것이다. 마가린은 전 세계에서 수천만 명에게 심장마비, 고혈압을 유발시키며 사망으로 몰아가고 있는 합성화학물질인 트랜스지방이다.

대부분의 과일 주스에도 과일은 거의 들어 있지 않고 맛과 향, 색상을 모두 합성화학물질로 만들어낸다. 그러니 우리가 오렌지주스나 포도주스인 줄 알고 마시는 것이 사실은 독을 마시는 것이다. 현재 청량음료, 껌, 사탕, 과자 등에 사용하는 합성 포도향 메틸에스테르는 천연 포도향 생산량의 10배를 넘고 있다. 포도주스 등 시중에서 구입하는 포도 관련 가공식품의 90퍼센트 이상에 합성포도향이 첨가되었다는 말이다. 약과 가공식품이 원인이 되어 유행하는 비만을 다시 비만치료제나 수술, 다이어트 가공식품 등으로 제약회사와 식품회사는 돈벌이로 활용하고 있다.

그러나 중요한 사실은 석유에서 추출해내는 물질의 분자구조를 변형시켜 딸기 맛을 그대로 재현했다고 해도 이 딸기우유에는 아무런 영양소도 미네랄 없고, 오히려 분자 구조가 변

형된 합성화학물질은 인체 내에서 독으로 작용한다는 것이다. 가공식품에 에틸-2메틸부틸레이트를 첨가하면 사과 맛을, 에틸-2-피리딜케톤을 첨가하면 팝콘 맛을, 에틸-3-하이드록시부타노에이트를 첨가하면 마시멜로 맛을, 메틸에스테르를 첨가하면 포도 맛을, 헥사날을 첨가하면 싱싱한 야생 풀 냄새를, 타르트라진을 첨가하면 노란 색의 바나나 또는 오렌지색을 그대로 재현해 낼 수 있다. 그리고 합성 식초에 합성 아밀알코올과 황산을 섞으면 완벽한 바나나 향을 재현해 낼 수 있다. 수십 가지 합성향료를 섞으면 커피 맛을 그대로 낼 수 있다. 또한 딸기 우유를 만들기 위해 코치닐색소를 사용하는 경우도 있다. 문제는 이 코치닐색소가 주류의사와 광고의 힘에 의해 중남미의 선인장에 기생하는 암컷의 연지벌레에서 추출하는 것으로 알려져 있지만 사실은 석유의 폐기물인 타르의 분자구조를 변형시켜 만든 합성화학물질이라는 사실이다. 때문에 코치닐은 장에 염증을 일으키기도 하고 알레르기와 과민성쇼크 및 유전자를 변형시키기도 하는 것으로 알려져 있다.

그런데 문제는 이 같은 한 가지 가공식품에도 맛을 내는 것, 향을 내는 것, 색을 내는 것, 촉감을 내는 것, 그 외에도 방부제, 보존제, 용해제 등 수십 가지를 첨가한다는 사실이다. 딸기향 우유에 들어 있는 벤즈알데하이드 한 가지로는 미량이어서 일일섭취허용량을 넘지 않아 당장은 부작용을 일으키지 않는다 해도 성장호르몬, 항생제, 각종 농약, 각종 식품첨가제 등 수십 가지가 첨가되면 그 양은 일일섭취허용량을 훌쩍 뛰어 넘어 뇌손상, 간손상, 척수손상, 폭력행위 등 치명적인 부작용을 일으킬 수 있다. 게다가 우리는 하루에 딸기향 우유 한 가지만 먹는 게 아니다. 빵도 먹고, 피자도 먹고, 주스도 마시고, 아이스크림도 먹고, 라면도 먹고(참고로 쇠고기 라면에는 쇠고기가 단 한 조각도 들어있지 않고 맛도, 향도, 모두 합성화학물질로 만들어낸다)... 그러면 하루에 섭취하는 합성화학물질은 도대체 얼마나 될까? 정확히 가늠할 수는 없지만 분명한 사실은 상상을 초월한다는 것이다. 그리고 합성화학물질의 특징은 지방층에 축적되어 쉽게 배출되지 않는다는 사실이다. 이렇게 몇 년을 먹어대면...

심지어 식품회사는 식품의 색을 밝게 하기 위해 치명적인 중금속인 수은과 납을 첨가하기도 하고 아세트산구리를 첨가해 색깔을 변형시키기도 한다. 아이스크림이나 케이크, 우유, 사탕 등의 색을 하얗게 변화시켜 먹음직스럽게 만들어주는 화학물질은 이산화티탄이다. 이산화티탄은 코발트⑰를 섞어 만드는 물질로 자외선차단제, 페인트, 치아미백제 등에 사용하는 공업용원료다. 이산화티탄은 나노입자로 분자를 극히 작게 만들어 빛의 파장이 조밀하기 때문에 흰 색을 띠게 된다. 이 때문에 이산화티탄은 흰색이 필요한 사탕이나 아이스크림, 케이크, 우유 등에도 들어가고 가정용 흰색 페인트에도 들어가고, 화장품인 자외선차단제에도 들어간다. 그러나 나노입자의 위험성은 앞에서도 다뤘듯이 바늘모양을 하고 있어 체내로 들어가면 질병을 일으켜도 제거할 수 없다. 딸기주스나 토마토주스 등의 색을 빨갛게 만들어주는 색소는 카르민산이다. 수돗물에 카르민산을 넣어 딸기 색을 내고, 옥수수를 화학 처리해 만든 전분 가루를 넣어 딸기알갱이를 흉내 내고, 벤즈알데하이드를 넣어 딸기 향을 내면 맛있는 딸기 주스가 완성되어 1,000배 이상의 가격으로 팔린다.

5장 수십 년 먹고 나서 퇴출되면...

그러나 수십 년이 지나서야 이런 합성첨가제들이 인간의 건강을 해친다는 사실이 양심적인 비주류의사들에 의해 밝혀지고 나서야 법으로 금지되는 경우가 많다. 문제는 금지될 때

⑰ 내열성 합금과 자성 합금 제조에 쓰인다. 코발트 화합물은 오래전부터 유약과 도자기에 청색을 내는 재료로 사용되어 왔다. 야채, 과일에 풍부한 천연의 코발트는 건강에 반드시 필요한 물질이지만, 합성 코발트는 강독성 중금속인 비소를 함유하고 있어 건강에 치명적이다.

까지 우리는 주류의사들의 거짓 연구로 안전한 줄 믿고 수십 년 동안 섭취해 온다는 사실이다. 지금 안전하다는 주류의사들의 연구를 바탕으로 첨가제로 허용되고 있는 물질들이 언제 또 치명적인 발암물질로 확인되어 시장에서 퇴출될지는 아무도 모른다. 의약품의 경우도 안전하다고 확인되어 수십 년간 복용을 하면서 수만 명이 치명적인 질병으로 사망하고 나서야 이전의 연구가 주류의사들의 거짓 연구였음이 밝혀지고 승인이 취소되는 일은 매우 흔하다. 이산화티탄이나 벤즈알데하이드는 암을 일으키는 물질이고, 카르민산은 천식을 유발하는 물질이다. 이런 것들도 언제 심각한 문제를 일으키면서 거짓 연구가 발각되고 사용이 금지될지 모른다. 그러나 문제는 금지될 때까지 안전하다고 믿고 섭취해온 수천 만 소비자들의 건강은 누가 책임질 것인가?

주류의사들이 이런 물질을 안전하다고 주장하는 이유는 식품에 첨가된 정도의 양으로는 당장 사망하거나 암, 심장마비, 뇌졸중 등이 당장 일어나지 않기 때문이다. 다시 말해 일일섭취허용량을 거론하며 '지금은 안전하다.'는 것이다. 그러나 아직은 질병이 나타나지 않았지만 몸속에서 다른 합성화학물질들과 상승작용을 일으켜 질병을 유발시키고 있는 중일지도 모른다. 만성질병은 하루 이틀 만에 발병하는 것이 아니라 수십 년의 기간이 지나면서 면역체계가 무너질 때 나타난다. 그러기 때문에 일그러진 자본주의 논리에 젖어 인류를 희생시키며 무지를 감추고 탐욕을 불태우는 주류의사들을 믿어서는 안 되고 자연에 가까운, 가공되지 않은 음식을 통해 자기 건강은 스스로 지켜야 한다.

최근에는 식물의 잎이나 꽃, 과일, 줄기 등에 존재하는 안토시아닌이란 천연색소가 암이나 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 뇌졸중 등을 예방해주고, 시력을 개선시켜주며, 뇌기능을 향상시켜준다는 사실이 밝혀졌다. 그러자 화학업계는 이를 대량으로 생산하기 위해 주류 화학자들을 동원해 합성해냈고, 주류의사들을 동원해 생명체에 유용하며 아무런 부작용이 없다는 결론을 이끌어냈다. 얼마 안 가서 많은 식품과 의약품에 분자구조를 바꿔 합성으로 만들어낸 안토시아닌이 첨가될 것이라고 생각하면 참으로 걱정이다. 안토시아닌이 건강에 유용하다면 이는 야채나 과일 등 천연의 음식으로, 비타민 등 다른 수백 가지의 성분들과 조화를 이룬 상태로 섭취했을 때를 말하는 것이지 합성으로 만들어낸 것은 이름은 같게 붙였어도 결코 동일한 물질이 아니다.

또한 강력한 산화방지제인 글루타티온도 가공되지 않은 천연의 음식으로 섭취하면 다른 수만 가지의 성분들과 상호작용을 일으켜 활성산소를 만들어내는 과산화수소를 제거하고, 비타민C의 기능을 높이고, 체내에 들어오는 독소를 배출시키는 기능을 수행한다. 그러나 합성 글루타티온은 육류제품이나 헤어제품 등에 향기가 나도록 뿌려주는 인공향미제로 쓰이는 것으로 이것이 인체 내로 들어오게 되면 신경독소로 작용해 두통과 구토를 일으키기도 한다. 반면 제약회사는 약삭빠르게 글루타티온을 관절염이나 간경화 등의 치료제로 만들기도 했지만 치료 효과는 없고 각종 부작용을 일으켜 문제가 되고 있다.

6장. 라이너스 폴링의 비극.

환원주의 입장에서 DNA구조를 밝히는 일과 평화운동에서 많은 업적을 남겨 1954년에 노벨화학상을, 그리고 1962년에 노벨평화상을 수상한 라이너스 폴링이 합성 비타민C로 암과 감기를 치유할 수 있다는 확신을 갖고 오랜 기간 동안 연구를 수행했지만 모두 실패한다. 폴링은 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들이 '환자는 보지 않고 암세포에만 집중'하며 아무런 과학적 근거 없이 마구 행하는 수술과 항암치료, 방사선치료의 허구를 간파했다. 그는

현대의학으로부터 환자들의 고통을 씻어 주려고 노력했지만 방향을 잘못 택했기 때문에 실패할 수밖에 없었다. 결국 20여년에 걸친 그의 노력은 헛수고로 끝나고 그의 환자들은 모두 고통 속에 죽어갔다. 그는 감기도 합성 비타민C로 치료하겠다고 했지만, 합성 비타민C는 감기에도 아무런 효능을 발휘하지 못하고 오히려 증세만 악화시키는 역효과를 불러왔다. 결국 그의 부인도 결국 위암과 유방암으로 사망하고, 폴링도 전립선암으로 사망한다.

그나마 그의 부인인 에바 헬렌은 위암 진단을 받은 후에 암세포를 잘라내는 수술만 받고 항암치료, 방사선치료를 거부했다. 그 때문에 그녀는 면역체계가 남아 있어 합성비타민C로 치료했어도 초기에는 약간의 효능이 나타나기도 했지만 결국 합성화학물질인 비타민C의 부작용으로 유방암⑱이 새로 생기면서 가족 곁을 떠난다. 폴링의 선한 의지와는 달리 잘못된 환원주의에 의한 합성 비타민의 허구가 밝혀지자, 역시 환원주의에 젖어 천연과 합성을 구별하지 못하는 주류의사들은 "음식이나 영양으로 면역체계를 회복시키면 암을 치료할 수 있다는 전통의학의 허구가 밝혀졌다. 비타민으로는 어떤 질병도 치료할 수 없다. 결국 암은 현대의학의 수술, 항암치료, 방사선치료만이 유효하다."고 주장하는 빌미만 주게 됐다.[56)]

그래도 합성 비타민의 효능을 강조하는 제약회사나 주류의사들은 대부분 폴링의 연구를 근거로 삼는 경우가 많다. 폴링의 연구는 실패했음에도 불구하고 단지 유명 학자인 폴링이 비타민을 연구했다는 사실만을 이유로 폴링의 연구가 성공한 듯이 언급한다. 반면 폴링이 DNA구조를 연구하며 세운 "인체 내에서 효소의 작용을 방해하거나 조작하는 물질은 모두 약으로 사용할 수 있다."는 환원주의 입장인 그의 이론은 모든 의약품을 만들어내는 근거가 되고 있다. 사실 제약회사가 합성화학물질로 만들어내는 모든 약은 효소억제제의 일종이기 때문이다.

폴링은 천연 비타민C와 합성 비타민C의 분자구조($C_6H_8O_6$)가 같기 때문에 인체 내에서 동일한 작용을 할 것이라는 환원주의에 몰입해 있었다. 그러나 분자식이 같다고 해서 동일한 물질은 결코 아니다. 예컨대 정상 프리온이나 변형 프리온도 1개의 단백질 분자로 이뤄져 있어 분자식은 동일하지만 정상 프리온은 직선인 반면, 변형 프리온은 굽어 있다. 이 변형 프리온은 치명적인 인간광우병을 일으키는 것으로 확인되고 있다. 분자식이 같다고 해도 분자의 크기나 모양이 다르면 그것은 전혀 다른 물질이다. 합성비타민도 천연비타민에 비해 분자 크기가 작고, 특히 모든 합성화학물질은 손대칭성으로 되어 있어서 분자식은 같아도 성질은 전혀 다르다. 폴링이 처음 신부전증에 걸렸을 때 현대의학을 거부하고 오렌지 등 천연의 음식으로 치유한 것을 평가하면서 그 원인을 비타민C로 판단했고, 비타민C를 찾았을 때 그는 천연과 합성이 동일하게 작용할 것이라고 확신했다. 사실 그의 신부전증을 치료해준 것은 여러 가지 성분이 상호작용을 하는 오렌지이지 비타민C가 아니다. 합성비타민C는 더욱 아니다. 그 때문에 폴링은 암을 예방한다는 취지로 합성비타민을 권장섭취량의 거의 10배에 달하는 5그램을 매일 복용하고(현재 세계보건기구에서 비타민C의 일일섭취권장량은 0.5그램이다) 아내에게도 권했지만 결과는 둘 다 합성비타민의 부작용으로 암에 걸린 것이다.

이어 폴링의 비타민 치료법을 추종하는 네덜란드 의사 마티아스 라트는 2004년 암에 걸

⑱ 여성이 유방에 통증을 느끼는 경우의 대부분은 단순한 물혹(양성종양)으로, 물혹은 거의 100퍼센트 저절로 사라진다. 유방암의 경우 통증이 느껴지는 경우는 5퍼센트 미만이고 나머지 95퍼센트 이상은 단단한 혹이 잡혀도 통증이 느껴지지 않는다. 물혹이 생기는 까닭은 합성화학물질에 의해 에스트로겐 등의 호르몬이 정상적으로 분비되지 않기 때문이다. 특히 물혹으로 통증이 느껴지는 것은 커피, 스포츠음료, 콜라 등 음료수에 첨가하는 메틸잔틴이라는 기관지확장제의 부작용으로 나타나는 경우가 많으므로 가공음료를 중단하고 야채, 과일 등으로 식단을 바꾸는 노력이 필요하다.

려 수술과 항암치료, 방사선치료로 고통을 받고 있던 어린 소년 도미니크를 비타민C로 치료하겠다고 선언했다. 그는 어린 도미니크에게 수술과 항암치료, 방사선치료를 시행한 주류의 사들을 살인자라고 비난하며 자연물질로 고통을 줄이면서 치료하겠다고 호언장담했다. 그리고 그는 여러 번 도미니크의 치료 장면을 TV로 공개할 정도로 자신에 차 있었지만 8개월 후인 2004년 11월, 아홉 살의 도미니크는 어른들의 무모한 임상실험의 희생물이 된 채 한스럽게 눈을 감는다.[57)]

1950년대 천연비타민 연구의 선구자였던 미국의 로열 리는 “비타민은 하나의 독립된 분자화합물이 아니라 생화학적 복합물이다. 비타민은 여러 가지 성분과 상호작용을 통해 작용한다. 비타민은 모든 조건이 맞고 모든 요소가 존재할 때 아무런 부작용 없이 그 효능이 발휘되는 것이고, 홀로 존재할 때는 아무런 작용이 일어나지 않는다.”고 한다. 따라서 비타민A 또는 비타민C 등만을 화학처리해서 별도로 추출하는 것은 상호작용을 못하는 합성약이어서 건강에 치명적인 부작용을 일으킨다고 한다. 그는 계속된 연구로 우유, 버터, 빵, 주스 등을 가공하는 과정에서 사용하는 표백제와 살균제, 방부제 등 합성화학물질이 인체에 얼마나 유해한지를 알리며 모든 영양은 천연의 음식으로 섭취할 것을 강조했다. 그러나 이러한 주장이 언론을 통해 대중에게 알려지자 제약회사의 압력에 굴복한 FDA는 그를 ‘산업을 파괴하는 사기꾼’으로 매도했고, 산업계에 굴복한 법원은 그의 20년간의 연구 결과를 모두 불태우라고 명령했다.[58)]

그의 연구 자료들이 주류의 횡포로 모두 사라졌지만 그의 뒤를 잇는 양심적인 학자들은 지금도 리재단을 통해 꾸준히 합성화학물질의 위험성을 알리는 활동을 하고 있다. 이 같이 이후에도 양심적인 학자들의 연구는 계속된다. 콜롬비아대학의 영양학자 존 거소도 “우리가 역학 조사한 결과 채소와 과일이 암을 예방한다는 사실을 알아냈다. 이것은 ‘비타민C를 함유한 과일’ 또는 ‘베타카로틴(비타민A의 전구체)을 함유한 채소’를 말하는 것이지 비타민C나 베타카로틴이 암을 예방한다는 것이 아니다. 비타민C와 베타카로틴이 다른 수 백 가지 성분들과 조화를 이루면서 그런 작용을 하기 때문이다.”고 말한다.[59)] 그러나 제약회사로부터 재정지원을 받아 진행된 ‘정제비타민이 건강에 유익하다.’는 주류의사들의 연구가 너무 많아 양심적인 연구는 대부분 기억에서 사라진다. 사실 비타민뿐만 아니라 모든 영양소나 미네랄 등은 단독으로 작용하는 것이 아니라 상호조화를 이루면서 우리를 질병으로부터 보호해주고, 근육과 호르몬 등을 만들어낸다. 그러나 합성비타민은 상호조화를 이루지 못하고 환경호르몬으로 작용하기 때문에 오히려 암, 심장질환, 당뇨병, 신부전증 등 각종 질병을 일으킬 위험이 있다.

7장. 위험이 밝혀지다.

합성비타민은 합성화학물질의 일종이다. 합성비타민의 부작용은 약물의 부작용과 비슷하게 나타난다. 미국 국립과학연구원에서 장기간에 걸쳐 연구한 암과 비타민과의 관계를 밝힌 보고서에서도 "비타민이 암을 예방하는 효능이 있는 것은 과학이 입증해낸 사실이지만 비타민A, C, E 같은 영양소는 음식을 통해 섭취해야 효능이 있는 것이지, 개별 성분을 추출한 영양소나 보충제를 통해서는 아무런 효과가 없다."고 강조했다. 그러나 제약회사는 이 보고서를 인용하면서 "비타민이 암을 예방한다."는 구절만을 취사선택해서 광고문구로 만들고, 보조제인 비타민을 개별 성분으로 만들고 있다.[60)] 그것도 실험실에서 합성한 비타민을...

천연 비타민은 단독으로 존재하지 않고 다양한 미네랄과 영양소와 함께 존재하며 그 작용도 다양한 물질의 상호작용에 의해 이뤄진다. 그러나 단일체인 합성화학물질로 만들어진 비타민 등 모든 물질은 체내에서 아무런 작용을 하지 않고 그대로 지방층에 축적되어 오랜 기간이 지나면서 환경호르몬으로 작용한다. 합성 비타민은 체내에서 거의 흡수하지 못하고 이물질로 작용하기 때문에 교감신경이 자극을 받아 항체를 생산하고, 이 과정에서 활성산소가 다량 만들어진다. 활성산소는 혈류를 통해 전신으로 이동하며 염증을 일으키고, 염색체를 파괴하는 등 치명적인 질병을 일으키게 된다.

스웨덴의 한 연구에 의하면, 비타민A를 매일 소량씩 복용시킨 결과 다리의 골밀도가 10퍼센트나 줄어들었고, 골반의 골절위험을 두 배로 증가시켰다. 미국심장협회의 연구에 의하면 비타민C가 혈관의 내벽을 두텁게 만들고 혈관을 굳게 해 고혈압을 크게 증가시키는 것으로 나타났다. 각종 합성비타민이 심장병, 중풍, 암 등을 예방할 것이라는 기대로 많은 연구가 진행됐지만 효과는 한 번도 확인된 적이 없다. 오히려 과다한 합성비타민은 사망률만 높일 뿐이다. 하버드대 연구진이 2009년 미국의사협회지에 발표한 연구에 의하면, 50세 이상의 14,641명의 남성 의사를 대상으로 1997년부터 2007년까지 10년간 합성비타민 E와 C의 효과를 실험한 결과 합성비타민은 심근경색증, 중풍, 심장병에 아무 효과가 없었다고 한다. 동 연구팀은 8,172명의 여성을 상대로 같은 연구를 실행했지만, 연구 도중 624명이 각종 암에 걸렸고, 176명이 사망해 합성비타민C를 먹은 여성들이 안 먹은 사람들보다 더 취약한 것으로 나타났다.[61] 천연비타민C는 체내에서 뼈, 연골, 혈관, 근육 등을 만드는 작용을 하는 콜라겐을 분비하는 것을 돕지만 합성비타민이나 비타민만의 단일물질로는 다른 성분과의 상호작용을 일으키지 못하기 때문에 아무런 효능을 발휘하지 못한다.

세르비아의 고란 벨라코비치가 전 세계에서 발표된, 질이 우수하고 독립적인 연구 논문 중 합성비타민을 이용한 14개를 골라 분석한 메타연구에 의하면, 합성비타민을 평균인들과 비슷한 분량으로 장기간 섭취한 17만 명의 대상자들에게 아무런 효능도 나타나지 않았다고 한다. 그 중 합성비타민을 섭취한 13만 명의 대상자들에게서는 오히려 각종 암이 발병되거나 악화돼 조기에 사망하는 비율이 월등히 높다는 사실을 확인했다. 그는 이어 23만 명이 참석한 68개의 논문을 대상으로 대규모의 2차 메타분석을 실시했지만 이 연구에서도 합성비타민을 복용한 대상자들의 조기사망률이 크게 높다는 사실이 확인됐다. 존스홉킨스 의과대학의 엘리세오 과야르 교수가 11건의 임상실험을 분석한 결과에서도 합성비타민은 죽상동맥경화증을 예방하는데 아무런 효능을 발휘하지 못함을 확인했다.[62]

그리고 1994년, 핀란드에서 실시된 연구에서도 50세에서 69세에 이르는 29,133명의 흡연자들에게 매일 합성비타민A 또는 비타민E를 30밀리그램씩 투여했다가 결국 예정보다 21개월 일찍 실험을 중단했다. 암환자와 심장질환자가 폭발적으로 증가했기 때문이다. 연구원들은 실험을 중단하고 비타민A 또는 비타민E의 복용을 중단한 피실험자들을 6년간 추적 조사한 결과 중단 후에도 폐암 발생률과 심장마비 발생률은 여전히 높다는 사실을 확인했다. 전에 복용했던 합성비타민이 지방층에 계속 축적되어 있기 때문이다. 이어서 1996년 미국에서 1만 8천명의 흡연자를 대상으로 하는 또 다른 연구에서도 비타민A 또는 비타민E를 투여한 결과 가짜 비타민을 투여한 대조군에 비해 폐암과 심장질환이 크게 발생했다. 흡연자와 석면공장 노동자로 구성된 18,314명에게 비타민A와 비타민E를 5년간 투여하면서 관찰하던 연구에서도 비타민A 또는 비타민E를 투여 받은 집단에서 폐암 및 다른 질병의 발병률이 급증하자 결국 21개월 일찍 실험을 중단하기도 했다.[63]

합성비타민이었기 때문에 이 같은 결과는 당연한 것이었다. 핀란드 연구에서 투여한 30밀리그램은 작은 당근 하나에 들어있는 비타민A 정도의 분량이다. 당근을 섭취할 때는 질병을 예방할 수 있지만 특정 성분만을 추출해낸 합성비타민은 오히려 암과 심장질환 등 각종 질병을 유발시킨다. 칼슘보충제도 합성화학물질이기 때문에 골다공증에는 아무런 효과가 없고 심장질환과 간부전증, 신장질환, 뇌졸중, 당뇨병 등만 높일 뿐이다. 채식과 과일을 통해 우리는 암이나 골다공증 등 각종 질병을 예방해주는 다양한 비타민, 코엔자임Q10, 칼슘, 칼륨, 마그네슘, 인, 황, 철, 크롬 등을 충분히 섭취할 수 있다. 반면 하버드대학 의대에서 남녀 124,000명의 흡연자를 상대로 한 연구에 의하면, 알파카로틴과 리코펜 등의 항산화제를 합성보충제가 아닌 당근, 토마토 등의 과일로 매일 15밀리그램 이상을 섭취했던 흡연자들은 그렇지 않은 흡연자들에 비해 폐암 발병률이 최고 25퍼센트나 낮게 나타난다는 사실을 확인했다.[64]

미국의 의사이자 저술가인 헨리 G. 빌러는 "대부분의 질병은 합성화학물질로 인해 발생한다. 따라서 적절한 음식 섭취와 주기적으로 신체의 독성을 없애는 단식을 하면 대부분의 질병은 치료된다. 현대의학은 실험실에서 합성한 화학물질에 너무 집착한 나머지 천연화학물질이 우리의 음식 속에 있다는 사실을 잊는다. 합성비타민은 건강에 전혀 도움이 되지 않는다."고 지적한다. 비타민C가 결핍되어 생긴 괴혈병을 치료하기 위해 비타민C인 아스코르브산만을 복용하면 전혀 효과가 없다. 음식을 통해 비타민C를 섭취해야 효과가 있다. 알파 토코페롤도 비타민E가 아니고, 레티놀산 역시 비타민A가 아니다. 비타민은 개별적으로 작용하는 분자 성분이 아니고 다른 성분과 함께 생화학적으로 복잡하게 작용하는 복합물이기 때문이다.[65] 우리가 시중에서 구입하는 비타민보충제는 모두 합성화학물질로 만들어진 의약품이다. 마찬가지로 칼슘보충제도 합성화학물질로 만들어진 의약품이다. 이런 의약품은 반드시 부작용을 동반하는데 칼슘보충제는 건강을 지키는데 반드시 필요한 철과 아연의 흡수를 방해한다. 따라서 질병에 대한 저항력은 유전자나 의약품에서 오는 것이 아니라 우리가 섭취하는 음식으로부터 온다. 다시 말해 거짓 과학으로 변형되지 않은 천연의 음식은 최고의 약이다.

그러나 보고 싶은 것만 보고, 듣고 싶은 것만 들으려고 하는 주류의사들에게는 이러한 연구 자료들이 보일 리 만무하다. 제약회사들의 광고에 담긴 허구를 파헤치는 영국의 의사 벤 골드에이커는 이러한 연구 결과를 인용하면서 합성비타민이라는 사실은 숨긴 채 비타민은 아무런 효과가 없고 약만이 진정한 치료효과가 있다고 하면서 음식이나 과일로 치료하려는 전통의학의 오류를 지적하는 자료로 사용한다. 그러면서 "합성비타민이 부작용을 일으킨다 해도 합성비타민제가 담배만큼은 위험하지 않다."는 주류의사들의 판에 박힌 '관심돌리기'를 시도한다.[66] 비타민산업이나 제약산업은 모두 같은 소유관계로 로슈나 아벤티스 등의 제약회사가 장악하고 있다.

2006년 미국립보건원은 "미국인의 50퍼센트 이상이 비타민이 질병을 예방해줄 것이라는 믿음으로 각종 비타민제와 미네랄제를 복용하지만, 합성 비타민이 질병을 예방해준다는 사실이 과학적으로 밝혀지지 않았다."며 비타민의 광풍을 우려했다. 보충제가 약과 같이 인체에 치명적인 부작용을 일으킨다는 연구와 보고가 끝없이 이어지는 상황에서도 미국 정부가 매 5년마다 발표하는 식이지침에 의하면 "평소 음식을 통해 얻을 수 있는 영양소는 보충제를 통해 얻으려 하지 마라."고 하면서도 "그러나 임산부, 청소년, 노인, 채식주의자에게는 비타민, 미네랄 등의 보충제가 반드시 필요하다."고 강조한다.[67] 현대에 많은 사람들이 건강에 대해 혼란을 일으키는 까닭은 바로 중립적이어야 할 국가기관이 탐욕에 의해 산업계

의 선전기관으로 변질한 데에 가장 큰 원인이 있다. 게다가 우리나라는 미국의 흐름을 그대로 따르려고 하기 때문에 미국의 현대의학과 식생활을 아무런 비판 없이 받아들이고 있다. 참 큰일이다.

8장. 영양소가 부족해도...

그러나 주류의사들의 탐욕은 계속된다. "우리는 필요한 모든 영양소를 음식으로부터 섭취한다는 사실이 허구란 것을 알았다. 음식에서 섭취하는 영양분, 특히 비타민은 필수섭취량을 만족시키지 못하기 때문에 이로 인해 각종 암과 심장질환 등 만성질환에 걸릴 위험이 높다. 따라서 모든 사람은 종합비타민을 복용해야 한다."고 한다. 일부는 맞는 말이다. 현재 비료와 제초제, 살충제, 단작위주의 농경, 항생제와 성장호르몬으로 사육하는 가축, 가공식품에서의 영양소 제거 등은 음식에서 많은 영양소를 빼앗아 갔다. 자연은 진공을 싫어하기 때문에 영양소가 빠진 자리에 합성화학물질이 자리를 잡았다. 때문에 영양분이 부족하다는 말은 맞는 말이다. 예컨대 가공 밀가루에는 가공하지 않은 밀가루에 비해 비타민B, 마그네슘, 아연 등이 25퍼센트 이하로 들어 있고, 비타민E는 10퍼센트에도 미치지 않는다. 그러나 이러한 문제는 유기농을 통해 충분히 해결할 수 있다. 사실 식물에서 영양분을 빼앗아 간 범인들은 몬산토, 듀퐁, 다우케미칼 같은 화학기업과 식품회사, 그리고 이들을 지켜주면서 수수료를 챙기는 주류의사들이다.

게다가 유통기간을 늘리기 위해 과일이 익기 전에 푸른 상태에서 수확하고, 이를 판매단계에서 에테폰이라는 합성화학물질에서 만들어지는 에틸렌가스로 익힌 과일은 비타민 등을 포함해 모든 종류의 영양분이 부족하다. 광합성작용이 충분히 이뤄지지 않으면 영양이 부족한 것은 당연하다. 합성 에틸렌가스는 독가스의 일종으로 부동액, 세제, 페인트, 광택제, 살균제 등의 원료로 사용하는 물질이다. 그러나 음식에서 영양분이 부족하다고 합성화학물질로 만들어진 종합비타민이나 미네랄제로 채울 수는 없다. 종합비타민이나 합성미네랄은 독인데! 현재 제약회사는 비타민B12⑲를 제외한 모든 종류의 비타민을 합성해낸다. 합성비타민을 과다 섭취하면 간기능 악화, 유전자변이, 동맥경화, 각종 암 유발, 기형아출산, 골다공증, 신장질환, 심장병 등 치명적인 질병들을 증가시킨다.

미국국립암연구소가 남성 30만 명을 대상으로 5년 동안 연구한 결과, 지용성 비타민류를 포함해 일주일에 7가지 이상 종합비타민제를 먹으면 전립선암 발병률이 그렇지 않은 경우보다 30% 높아지는 것으로 밝혀졌다. 지용성 비타민의 과잉섭취는 사망위험을 높일 수 있다는 연구도 있다. 천연의 비타민은 몸에서 차고 넘치면 대소변으로 쉽게 배설되지만 합성 비타민은 배출이 잘 안되기 때문에 간 독성이나 출혈 등 부작용을 일으킬 수 있다. 합성 비타민은 지방층에 축적되기 때문에 복용을 중지한 후에도 몸에서 배출되는 데는 3개월 정도 걸린다. 2000년 미국 암연구소의 연구, 2007년 덴마크의 코펜하겐대학 연구팀의 연구, 2008년 뉴욕 슬로언 캐터링 연구소의 연구에서도 합성 비타민이 오히려 각종 질병을 일으킨다는 사실을 확인했다.[68] 자연의 조화가 깨졌기 때문이다. 따라서 약과 가공식품을 피하면서 채식과 과일위주의 식단으로 조화를 이뤄야만 질병을 예방할 수 있다.

9장. '천연'의 비밀

⑲ 비타민B12는 식물에서는 발견되지 않으며 동물의 장에서 서식하는 박테리아만이 생성해내는 것으로 동물의 간에 풍부하게 들어있다. 1960년대까지는 발효과정을 거쳐 생산하는 누룩 등에서 천연의 비타민B12를 생산했으나 1972년 하버드대학의 로버트 B. 우드워드가 비타민B12(사이노코발라민)를 합성해내는데 성공한다. 현재는 비타민B12는 대부분 유전자를 조작한 박테리아에서 대량생산한다.

‘천연’이란 표시는 그 효능을 자연의 식물 또는 동물에서 찾았다는 말이다. 비타민은 과일에 들어있는 미량영양소로 항암작용을 한다. 다만 과일로 섭취했을 때만! 그러나 자연의 물질은 특허의 대상이 아니므로 화학자들은 그 자연의 분자구조를 화학적으로 바꿔 대부분 석유에서 대량생산한다. 바뀌진 분자구조를 갖는 물질은 자연에 존재하지 않는 이물질이다. 천연의 비타민은 모두 자연에 존재하는 물질이다. 1912년에 카시미르 풍크가 비타민을 발견하고, 1928년 앨버트 폰 센트죄르지가 레몬에서 비타민C를 분리한 이후 이 비타민의 효능이 알려지면서 화학자들은 모든 종류의 비타민 분자구조를 실험실에서 조작했다.

과일에서 추출할 수 있는 양은 극미량이기 때문에 이윤을 극대화하기 위해 대량생산을 하려면 합성이 필요하다. 석유의 콜타르⑳에서 추출한 물질의 분자구조를 바꾸고, 화학색소, 방부제, 코팅제, 착색제, 용해제 기타 여러 가지 화학첨가제와 약간의 과일 가루를 혼합하고 역시 합성으로 만드는 글리세린 캡슐에 담으면 천연 비타민C로 둔갑한다. 시중에서 구입하는 비타민C는 시큼한 맛이 나고 노란 색을 띠고 있지만 사실 천연 비타민C는 아무런 맛도 나지 않고, 색도 무색이다. 산업이 비타민의 이미지를 각인시키기 위해 합성 향미제와 색소를 오랜 동안 첨가한 결과다. 그리고 일부 천연 비타민이라며 고가로 팔리고 있는 비타민C는 대부분 독일의 바스프사가 유전자를 조작해낸 ‘아시비아 고시피’라는 박테리아에서 생산해 낸 것이다.

그러나 비타민의 효능을 조사한 67개 연구들을 검토한 결과 비타민을 추가 섭취함으로써 건강에 유리하다는 증거를 확인할 수 없음이 밝혀졌다. 많은 연구에서는 합성비타민의 추가섭취가 오히려 질병을 유발시키는 것으로 조사됐다. 라이너스 폴링이 주장한 “비타민C가 감기를 예방해준다.”는 가설에 대해 코크란 공동연구소에서 11,017명을 상대로 합성비타민을 처방하고 조사한 29건의 연구 보고서를 검토한 결과 아무런 효과가 없다는 사실을 입증했다. 그러나 대부분의 비타민의 효능을 인정하는 연구는 야채나 과일 등 천연의 음식을 통해 진행한 실험에서 질병을 예방해주는 효능이 확인되자 그 작용을 무리하게 비타민으로 돌린 것들이다.[69] 비타민A도 자연식품인 당근으로 섭취하는 것이 좋다. 당근 한 개에는 레티놀이라고 하는 비타민A가 하루 섭취권장량인 600밀리그램 정도 들어있다. 그러나 비타민A를 합성화학물질로 섭취하면 그 부작용으로 시력장애, 두통, 구토, 골절, 간부전증, 중추신경 이상, 각종 암 등을 일으킬 수 있다. 건강보조식품인 알로에는 위산분비를 억제해 소화불량을 일으키고, 철분보충제는 혈액을 끈적끈적하게 만들어 심장질환을 유발시킨다.

영국의 화학물질 전문가인 베일리 헤밀턴은 “유감스럽게도 우리의 신체는 화학물질의 공격에 보호되도록 진화되지 못했다. 그 결과 신체 조직은 일단 체내에 들어온 화학물질을 대부분 처리하지 못하고 지방층에 축적하게 된다. 그 결과 지구상에 살고 있는 모든 생물체는 화학물질에 영구적으로 오염되어 있는 실정이다.”고 한다. 화학물질은 갑자기 현대에 나타난 새로운 물질이므로 진화과정을 통해 인류가 적응하지 못한 까닭에 우리의 면역 시스템은 이에 대응하지 못한다. 체내에 축적된 화학물질은 환경호르몬으로 작용하여 여러 가지 질병

⑳ 철이나 목재의 방부제 또는 아스팔트에 섞어 도로를 포장하는데 쓰이는 검은 색의 끈끈한 액체인 콜타르는 벤조피렌, 크레오소트(목재 방부제로 사용), 피치(방수제 또는 알루미늄 제련에 사용), 에틸카바메이트(화학술을 만드는데 사용) 등과 함께 석유를 정제하는 과정에서 만들어지는 폐기물이다. 특히 벤조피렌은 치명적인 1급 발암물질이다. 그러나 석유의 폐기물인 콜타르, 벤조피렌, 크레오소트, 피치, 에틸카바메이트, 아스팔트 등이 위험한 까닭은 각 단계의 정제 과정에서 수백 가지의 합성화학물질을 첨가해 마지막으로 나오는 폐기물은 화학물질 응집 덩어리이기 때문이고, 천연 물질에서 나오는 벤조피린, 콜타르, 에틸카바메이트 등은 극미량이며 또한 다른 여러 가지 성분과 상호작용을 일으키기 때문에 인체에는 거의 해를 끼치지 않는다.

을 일으키는 원인이 되고 있다. 미국 환경보호국(EPA)은 살균제의 90퍼센트, 제초제의 60퍼센트, 살충제의 30퍼센트를 암을 유발하는 물질로 취급하며 경고하고 있다. 그러면서도 한편으로는 화학업계의 입김을 의식해 살충제가 암을 일으킬 확률은 100만분의 1이라고 한다. 확률에서 백만분의 1이라면 제로나 다름없는 수치이다. 음식을 먹다가 목이 막혀 사망할 확률이 100분의 1이다.[70]

그러나 이 확률의 거짓은 합성화학물질이 체내에 축적된다는 사실을 숨기기 위한 조작이다. 합성화학물질뿐만 아니라 산업화의 유산으로 남게 되는 알루미늄, 비소, 카드뮴, 납, 니켈, 수은, 크롬 등 중금속도 고혈압, 우울증, 신장 기능 장애, 뇌졸중 등을 유발한다. 이러한 중금속도 화학물질과 같이 체내에서 쉽게 배출되지 않고 지방층에 축적되다가 일정 한계에 달하면 인체를 산성으로 바꿔 면역체계를 약화시키며 각종 질병을 유발한다. 우리의 몸은 약알칼리성을 띤다. 그러나 약, 가공식품, 중금속 등에 들어있는 합성화학물질은 우리 몸을 산성으로 변화시킨다. 산(acid)은 동맥을 부식시켜서 심장마비나 뇌졸중을 일으킬 수 있고, 관절을 부식시켜 관절염을 일으키기도 한다. 그뿐만 아니라 산은 적혈구의 산소교환, 염증치유, 혈액응고, 호르몬 생성, 신경세포의 전달 능력에 영향을 미치기도 한다. 반면 우리 몸의 균형을 보호해주는 약알칼리성을 유지하기 위해서는 과일과 채식위주의 식단이 반드시 필요하다. 그러나 과일을 선택할 때에도 주의할 것이 있다. 자연에 가까운 과일이 아니라 가공된 된 채로 캔에 담긴 과일은 위험하다. 황도나 밀감, 깐포도 등은 먹기 좋도록 껍질만 제거하고 알맹이의 모습은 고스란히 유지하고 있는 비결은 염산이다. 독성과 부식성이 강한 염산을 사용해 껍질만 녹인 후에 카제인나트륨①을 혼합하면 염산이 중화된다.

10장. 커피 논쟁.

1. 천연의 커피는 건강에 좋다.

1981년 뉴욕타임스는 하버드대학의 브리언 맥매혼에 의해 진행된 연구를 특집기사로 내보냈다. 이에 의하면 미국에서 4번째의 사망원인이며 악성이어서 생존률이 극히 희박한 췌장암의 주요 원인이 커피라는 것이다. 커피에 들어있는 카페인이 인슐린의 분비를 억제하면서 당뇨병을 유발시키고, 이 당뇨병이 췌장암으로 발전하며, 반면 알코올이나 니코틴은 췌장암과 거의 인과관계가 없다고 한다. 이 자료에 의하면 하루 2잔 이상의 커피를 마시는 사람은 전혀 마시지 않는 사람에 비해 췌장암에 걸릴 위험이 2배나 높고, 하루 5잔 이상을 마시는 사람은 3배가 높다고 하며 췌장암의 원인은 50퍼센트가 커피라고 한다. 그 전에 커피와 암과의 관련성을 연구한 논문의 경우에는 커피를 마시는 일반인과 커피를 마시지 않는 몰몬교도나 예수재림교도들을 비교했다. 그 결과 커피를 마시지 않는 두 종교집단에서는 월등히 췌장암이 적게 발견된다는 사실을 근거로 커피가 췌장암의 원인이라고 발표하기도 했다.[71] 뜨거운 커피 논쟁의 시작이었다. 이로써 커피의 찬반 주장은 30년을 끌어간다.

그러나 이 연구는 11개 병원에 췌장암으로 입원해 있는 환자 369명과 췌장암이 아닌 다른 병으로 입원해 있던 644명의 환자들을 상대로 한 설문조사에 의한 것으로 비교 그룹인 일반 환자들은 대부분 소화계통 질병을 앓고 있는 환자들이었다. 소화계통 환자들이 커피를 적게 마시거나 안 마시는 것은 당연하다. 설문조사에 의한 방법이나 비교 그룹을 소화계통

---

① 분유, 커피, 설탕, 프림 등이 물에 잘 녹도록 하는 합성화학물질. 염산이 묻어 있는 과일을 카제인나트륨 용액에 담그면 묻어 있던 염산이 용해되어 물에 씻겨 나온다. 카제인나트륨은 접착제나 페인트의 원료로 사용되는 카제인에 양잿물(가성소다, 기름때를 녹이는 세제의 주성분)이라고도 하는 수산화나트륨을 혼합시켜 만드는 합성화학물질이다. 특히 염산은 세포를 파괴하는 강독성 물질이다.

환자들을 선택한 것이나 모두 의도된 조작이었다. 암은 여러 가지 원인이 복합적으로 관여하면서 발병하는 것이고, 또한 수십 년에 걸쳐 진행하는 것이므로 커피와 췌장암과의 관련성을 설문대상자의 기억에 의존한다는 것은 비과학적인 방법으로 단지 상관관계만이 있을 뿐이다. 게다가 몰몬교도나 예수재림교도들은 약, 가공식품, 육식을 금하고 농경을 주로 하는 채식주의 집단이다. 이런 중요한 요인은 고려하지 않고 단지 커피만을 대상으로 하는 것은 과학이 아니고 정치일 뿐이다.

반면 캘리포니아 대학의 베사 스미스는 1984년부터 1996년까지 50세 이상의 910명을 추적 조사한 결과 "커피를 적절히 마시는 사람이 안마시거나 적게 마시는 사람에 비해 당뇨병을 앓을 가능성도 비만을 유발할 가능성도 크게 줄여준다. 그 까닭은 커피가 C-펩티드 수치를 조절해 주기 때문이다. 또한 적절하게 알코올을 마시는 경우도 역시 당뇨병을 크게 줄여준다."는 결론을 내렸다. 미국 피드몬트-머서 센터의 로버트 슈퍼코는 187명을 상대로 한 실험에 의하면, 천연의 카페인이 함유된 커피를 매일 3~6커피를 섭취한 사람들이 동일량의 무 카페인 커피를 섭취한 사람에 비해 50퍼센트 정도 심장병 위험이 줄어드는 것을 발견했다. 하버드 의과대학 교수인 프랭크 B. 후 팀이 1980년부터 2000년까지 44,005명의 남성과 84,488명의 여성을 대상으로 연령, 흡연여부, 음주여부, 심장질환 여부 등을 고려하여 6년간 진행한 연구에 의하면, 심장질환과 커피는 아무런 관련이 없음을 확인했다. 또한 카페인이 없는 커피나 카페인이 있는 커피나 또는 카페인의 함량에도 아무런 영향을 받지 않는다고 한다. 반면 필란드나 스코트랜드 등 다른 연구에서는 커피를 마시지 않는 사람에 비해 커피를 마시는 사람이 오히려 심장질환을 예방하는 데 좋은 것으로 나타났다.[72)]

일본에서 중년 이상을 대상으로 한 대규모 연구에서도, 커피를 매일 여러 잔 마셨던 사람이 전혀 커피를 마시지 않았던 사람들에 비해 간암에 걸릴 위험이 50퍼센트 낮다고 한다. 수치상으로는 커피를 매일 마셨던 그룹에서는 10년간 100,000명당 200명에게서 간암이 발병했지만, 커피를 전혀 마시지 않았던 그룹에서는 100,000명당 550명에게서 간암이 발병했다고 한다. 캘리포니아의 카이저 퍼머넌트 연구소에서 125,000명을 대상으로 한 연구에서도 커피를 자주 마시는 사람들은 알코올로 인해 야기된 간경화를 22퍼센트나 치료되는 것을 확인했다. 이탈리아에서 진행된 연구도 비슷한 결과를 보여줬다. 또한 하버드대학의 126,000명을 대상으로 한 연구에 의하면 매일 1~3잔의 커피를 마시는 사람이 안 마시는 사람에 비해 당뇨병에 걸릴 위험이 10퍼센트 적고, 매일 6잔 이상을 마시는 사람들은 남성은 54퍼센트, 여성은 30퍼센트 적다고 한다. 그 결과에 대해 연구진은 커피에는 산화방지제, 마그네슘, 토코페롤, 클로로겐산 등이 풍부하기 때문에 인슐린 반응성과 글루코오스 대사를 높여준다고 결론을 내렸다.[73)]

2. 그러나 카페인만을 추출하면 독이다.

천연의 커피에는 폴리페놀, 클로로겐산, 카페인 등 항산화제가 풍부하고 혈관을 이완시켜 혈류를 안정적으로 유지시켜 주기 때문에 심장병, 고혈압 등 각종 질병을 예방해준다. 그러나 환원주의에 젖은 과학자들은 분자 단위의 성분을 분석해 실험한 후 독성이 발견되면 그 성분이 들어있는 일반 물질까지 독이라고 오해한다. 나트륨으로 실험한 결과를 가지고 소금이 건강에 해롭다고 오해하는 것과 마찬가지로 카페인으로 실험한 결과를 커피로 이해하는 것도 그런 예이다. 커피는 우리 몸에 유용하지만 커피에서 카페인만을 따로 추출하면 당연히 독이 된다. 공기 중에서 산소만을 따로 추출해내거나, 술에서 알코올만을 따로 추출해내거나, 담배에서 니코틴만을 따로 추출해내면 독이 되는 것과 마찬가지로, 커피에서 카

페인만을 따로 추출해 섭취하면 죽음으로까지 이어질 정도로 독성이 강하다. 한번에 10그램의 카페인을 마시면 치명적이다. 그러나 천연 각성제 작용을 하는 카페인을 한번에 10그램 복용할 사람은 없다. 우리가 보통 마시는 한 잔의 커피에는 0.1그램 이하의 카페인이 들어 있다.

카페인만이 아니다. 셀레늄도 마찬가지다. 항산화제로 각종 암을 예방해주고, 혈당을 조절해주어 당뇨병도 예방해주고 성기능도 강화시켜주는 천연의 셀레늄은 토양에 풍부하게 들어있는 미네랄로 우리가 야채나 과일을 통해 충분히 섭취할 수 있다. 그러나 2007년 존스 홉킨스 대학의 요하킴 브레이스가 진행한 연구에 의하면, 평균 63세의 1,200명을 두 그룹으로 나누어 7년간 한 그룹에는 합성 셀레늄을, 다른 그룹에는 플라시보를 제공하면서 관찰한 결과 합성 셀레늄을 복용한 그룹에서는 당뇨병, 탈모, 위경련, 손톱 이상, 신경장애 등의 발병이 크게 늘었다. 영국에서 60세부터 74세의 노인 501명을 대상으로 진행한 연구에서도 합성 셀레늄은 미미하게 콜레스테롤 수치를 조절해주기는 하지만 부작용으로 각종 치명적인 질병을 유발시키는 것으로 밝혀졌다.[74)]

그러나 문제는 산소를 공기로 흡입하면 아무런 해가 없고 오히려 생명을 건강하게 이어주듯이, 카페인을 커피로 섭취하면 아무런 해가 없고 오히려 질병을 예방해주는 훌륭한 항산화제 작용을 한다. 천연의 물질인 커피로 섭취하면 자연의 조화가 이뤄지기 때문이다. 커피가 아니라 카페인을 가지고 진행한 실험의 결과를 가지고 카페인이 건강에 나쁘다는 주류 의사들의 무지 때문에 많은 사람들은 페인트의 원료이며 발암물질인 벤젠이나 염화메틸렌②, 메니큐어 제거제로 쓰이는 아세트산에틸을 섭취한다. 커피에서 카페인 성분을 중화시키는데 사용하는 합성화학물질이 염화메틸렌 또는 아세트산에틸이기 때문이다. 그러나 카페인이 중화된 커피는 맛이 없기 때문에 각종 향미제, 감미제, 유화제 등 합성첨가물로 맛을 내야 한다. 그리고 중요한 사실은 염화메틸렌 등을 첨가한다고 해서 카페인 성분이 제거되는 것이 아니라 카페인 성분이 염화메틸렌 등과 섞여 다른 새로운 화학물질로 변할 뿐이라는 것이다. 이렇게 변한 새로운 합성화학물질이 건강에 치명적으로 작용할 것은 자명하다. 사실 카페인의 해악성을 조작하여 과장하는 까닭은, 화학산업을 비호하기 위해 담배의 해악성을 조작하고 과장하며 관심돌리기를 하는 것과 마찬가지로, 콜라 등 청량음료업계를 비호하기 위한 관심돌리기다. 사실 커피에는 천연의 카페인이 풍부하지만 콜라 등 청량음료에는 합성 카페인이 첨가되어 있다.

제4부. 치아질병의 실체.

필자는 2010년 후반부터 윗어금니 하나가 썩어 통증이 심했다. 어떤 때는 두통으로 이어져 하루 종일 치통과 두통이 심해 생활에도 지장을 줄 정도였다. 몇 번이나 진통제라도 복용하고 싶은 충동을 느꼈지만 약이 단지 통증만 없애줄 뿐 근원적인 치료는 하지 못하고 오히려 면역체계를 파괴해 더욱 충치가 심해질 것을 알았기 때문에 힘들더라도 참기로 했다. 아마 그때 치과병원에 갔다면 치과의사의 공포심 조장으로 틀림없이 치아를 빼고 임플란트로 교체했을 거다. 그러나 필자는 치약, 가공식품 등을 피하면서 과일과 야채 등으로

② 염화메틸렌은 발암물질인 솔벤트 또는 클로로포름을 원료로 만들어지는 무색의 합성화학물질로, 페인트, 우레탄발포제, 고무, 왁스, 소화기용 액체, 세탁소 용해제 등 화공약품으로 주로 쓰인다. 간을 크게 훼손시키고 알레르기를 일으키는 것으로 알려져 있다.

식단을 바꾸고, 소금으로 일주일에 한번 정도씩 소독을 하는 자연치료법을 선택한 결과 면역력이 회복되어 2012년 8월 현재 썩었던 어금니가 거의 회생됐다. 물론 통증도 없다. 지금도 치과의사들의 권장과는 달리 하루에 3~4번이 아니라 하루에 한 번 정도 치약 없이 맨 칫솔로 가볍게 치석만 닦아낸다. 치약에 들어 있는 불소와 트리클로산은 강독성의 합성화학물질로 치아를 보호해주는 에나멜층을 녹이는 물질이다.

1장. 인간에게만 있는 충치!

세상에서 가장 흔한 질병은 감기이고, 두 번째로 흔한 질병은 충치다. 그러나 충치가 다른 만성질병인 암, 심장질병, 신부전증, 고혈압, 당뇨병 등과 같이 오늘날에는 흔한 질병이지만 과거에는 거의 존재하지 않던 질병이었다. 전 세계에서 발견되는 100년 이전의 유골에서는 어느 것에서도 충치가 발견되지 않는다. 다른 모든 만성질병과 같이 충치도 서구문명을 따르는 사람에게만 나타나고, 동물이나 전통문화를 따르는 사람에게는 나타나지 않는다. 그러나 충격적인 사실은 요즈음에는 애완동물에게서도 충치가 심각하다고 한다. 사료 등 가공식품과 의약품을 통해 과도하게 합성화학물질이 동물의 몸으로 들어가면서 면역체계가 무너졌기 때문이다. 애완동물의 사료는 인간이 먹는 식품의 찌꺼기와 폐기물, 즉 유통기한이 지나 회수된 식품, 부패해 반품된 식품 또는 죽은 동물 등에 각종 합성화학물질로 냄새와 색, 악취를 없애고 다시 사료로 태어난다. 동물사료에는 식품에는 사용할 수 없는 에톡시킨, BHT 같은 방부제, 펜토바비탈 나트륨 같은 안락사용 독극물 등이 들어있다.

20세기 초에 아프리카에서 원주민과 생활했던 알버트 슈바이처나 세계 각 지역의 원주민들의 질병을 연구했던 캐나다의 치과의사 웨스턴 프라이스 등이 전하는 말에 의하면 천연의 음식을 섭취하고 의약품과 가공식품을 모르는 원주민들에게는 암, 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 신부전증 등의 질병뿐만 아니라 충치도 전혀 나타나지 않는다고 한다. 원주민들은 치약, 가글제 등을 전혀 사용하지 않고 약과 가공식품을 먹지 않기 때문에 노령이 되어서도 32개의 하얗고, 튼튼한 치아를 그대로 유지한다고 한다. 캐나다의 탐험가 빌할무르 스테판손은 1906년에 알래스카 에스키모 주민의 유골 100개를 뉴욕으로 옮겨 두개골을 정밀 검사한 결과 "충치의 흔적은 단 한 개도 없었다."고 기록했다. 그러나 100년이 지난 현재 에스키모인들의 상당수는 이를 모두 잃었다. 미국 조지아 주 해안가에서 출토된 1000년 이상된 유골에도 충치는 전혀 없었다.[75)]

현대문명에 심장질환을 포함해 각종 만성질병이 크게 늘어나자 치과의사협회도 발 빠르게 이를 그들의 수입원으로 삼기 시작했다. "충치를 치료하지 않으면 심장마비, 정신질환, 당뇨병, 류머티스 관절염 등에 걸릴 수 있다."며 "어느 치아가 앞으로 충치를 유발할 지 검진을 통해 미리 알아낼 수 있다."고 한다. 다시 말해 심장마비 등을 예방하려면 스케일링 같은 치과치료를 정기적으로 하고 자일리톨③ 같이 충치를 예방해 주는 껌을 자주 씹으라는 말이다. 그러나 충치를 포함해서 모든 질병은 면역체계가 약해져서 발병하는 것이므로 충치가 있는 사람에게 심장질환뿐만 아니라 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 각종 암 등이 생길 위험이 큰 것은 당연하다. 면역체계가 약해지면 한 가지 질병만 생기는 것이 아니고 곳곳에 여

③ 자일리톨은 야채와 과일에 들어 있는 섬유소인 자일로스라는 성분을 모방한 합성 자일로스에 중금속인 니켈을 통해 수소를 첨가하여 대량 생산하는 설탕 알코올인 합성화학물질이다. 합성 자일리톨은 복통, 설사, 가스팽창, 습진, 간부전증, 신부전증, 뼈 부식 등의 부작용을 일으키며 또한 치아를 크게 부식시킨다. 자일리톨이 치아를 보호해준다는 가설은 자일리톨이 합성화학물질이어서 입안에 있는 박테리아가 소화시키지 못하고 오히려 박테리아를 죽이기 때문에 박테리아의 증식을 억제한다는 이유다. 그러나 사실 박테리아가 분해시키지 못한다는 것은 인체도 분해시키지 못한다는 말이고, 인체가 분해시키지 못한다는 말은 곧 인체에 해롭다는 것을 의미한다.

러 가지 질병이 동시에 생기기 때문이다. 특히 당뇨병 환자가 평생 동안 복용하는 당뇨병치료제의 영향으로 당뇨병환자의 40퍼센트 정도는 잇몸이 파괴되는 치주질환을 겪는 것으로 밝혀졌다.[76) 이러한 현상은 고혈압치료제를 비롯해 피임약 등 모든 의약품의 부작용으로도 나타나고 있다. 사실 주류의 치과의사들이 권장하는 스케일링과 자일리톨은 치아를 크게 부식시키고 각종 질병을 일으키는 주요 원인 중의 하나로 밝혀지고 있다.

주류의사들은 치아 충전용 아말감이나 임플란트, 레진 등에서 나오는 중금속인 수은, 베릴륨과 치아치료 과정에서 복용하는 약물 때문에 일어나는 부작용이 심장마비, 뇌졸중, 조산, 당뇨병 등을 일으킨다는 사실은 철저히 숨긴 채 오로지 충치를 치료해야만 심장병 등을 예방할 수 있다고 선전한다. 특히 수은은 신경조직의 뉴런과 중추신경을 파괴해 영구적으로 정신질환과 신체마비를 유발하며, 적은 양으로도 우울증, 심장병, 간경화, 각종 암 등을 일으키면서도 일상생활에서 광범위하게 쓰이는 치명적인 물질이다. 그리고 치아치료 중에 흔히 사용되는 마취제인 클로랄 하이드레이트나 히드록시진, 미다졸람 등은 호흡정지, 쇼크, 간 손상, 우울증, 뇌신경파괴 뿐만 아니라 면역체계를 크게 파괴하는 것으로 알려져 있다.

사실 치아가 썩는 이유는 인체 내에서 치아의 표면을 보호해주는 에나멜층과 가장 단단한 조직으로 턱뼈와 연결되어 치아를 받쳐주고 있는 법랑질이 합성화학물질에 의해 부식되기 때문이다. 그리고 치아를 감싸고 있는 턱뼈가 칼슘 부족에 의한 골다공증으로 약해져도 치아 주위가 상하고, 그 사이에 항생제, 진통제 등의 약으로 인해 독성으로 변한 뮤탄스균 같은 박테리아가 번성하여 치주염을 일으키기도 한다. 따라서 합성화학물질과 중금속으로 만들어진 치약으로 하루에도 3~4번 씩 치아를 닦으라는 말이나 치열교정과 스케일링이 치아를 건강하게 보호해준다는 치과의사들의 권고는 거짓이다. 이러한 권고는 사실 환자를 양산해 고객을 확보하려는 선전행위일 뿐이다.

그들은 "뮤탄스균과 유산균은 당을 분해해 산으로 바꾸기 때문에 치아 겉면을 덮어 법랑질을 보호하고 있는 에나멜층을 녹여 치아를 썩게 만들며, 치주질환의 원인인 치태와 치석은 잇몸 염증을 일으키며 치아세균이 심장혈관에 침입하면 심장에 염증을 유발하고 혈전을 만들어 동맥경화를 촉진할 수 있다."고 한다. 그러면서 매년 1회 이상 에나멜층을 벗겨내는 스케일링을 할 것을 강력히 권고한다. 그러나 인체는 pH7.5 정도의 약알칼리성을 띠고 있는 반면 입이나 소장, 대장, 질 등은 강산성을 띠고 있다. 이는 외부로부터 들어오는 악성 박테리아를 방어하기 위한 면역시스템의 일환이다. 따라서 뮤탄스균 등에 의해 젖산이 분비되면서 입안을 강산성으로 유지되는 것은 면역체계가 정상적으로 작동한다는 말이다. 뮤탄스균은 치아를 보호해주는 좋은 박테리아인데 다만 의약품 때문에 악성으로 변형될 수도 있다. 이러한 면역체계의 원리는 질에서도 동일하게 작동한다. 질내에 서식하고 있는 젖산균은 늘 질을 강산성으로 유지시키기 때문에 섹스나 배변을 통해 침입하는 외부 박테리아를 모두 방어한다. 뮤탄스균(모든 대장균도 마찬가지)이 인체에 무해한 까닭은 다양한 영양소와 미네랄 기타 다른 수많은 균들과 상호작용을 유지하기 때문이며 단독으로 존재해 상호작용을 일으키지 못하거나 약 때문에 악성으로 변형되면 치명적인 독소를 분비한다.[77)

뮤탄스균이 분비하는 젖산이 에나멜을 녹인다는 연구는 실험실에서 다른 균이나 영양소를 제거하고 단독으로 뮤탄스균만을 가지고 실험한 결과다. 이런 식의 단독균 실험으로는 모든 박테리아가 치명적인 독소를 분비하게 되고, 결국 이런 환원주의식 연구로 인해 현대의학에서는 '세균공포증'을 만들어 내 모든 박테리아를 박멸해야 할 적으로 인식하게 된 것이다. 주류의사들은 대부분의 가공음료는 산도가 pH3 정도로 강한 산성을 띠고 있어 치아

보호막인 에나멜 층이 손상돼 충치가 발생하기 쉽다고 한다. 그러나 치아가 상하는 까닭은 산성 음식이 에나멜층을 녹이기 때문이 아니라 치약, 가공식품, 의약품 등을 통해 입으로 들어오는 합성화학물질이 면역체계를 파괴하고 나아가 에나멜층을 녹이기 때문이다.

2장. 칼슘보충제가 충치를 키운다.

동물성 단백질이나 약, 가공식품은 우리 몸을 산성으로 만들어 체내에서 칼슘을 배출시키고 혈관 곳곳에 염증을 일으키기 때문에 산성식품인 육식과 액체고기인 가공우유를 줄이는 것이 좋다. 반면 칼슘과 마그네슘, 인, 황, 비타민 등 각종 성분을 음식을 통해 조화롭게 섭취하면 면역체계가 튼튼해지면서 혈중 산도를 약알칼리로 유지시켜 주기 때문에 치아도 뼈도 건강해진다. 그러나 치아를 보호하기 위해 칼슘이 필요하다고 해도 일반적으로 알려진 칼슘의 일일권장섭취량인 1,000mg(청소년은 1,300mg, 폐경기 이후의 여성은 1,500mg)은 낙농업자와 주류의사들이 만들어낸 허구다. 칼슘 필요량은 생활습관과 인체에 따라 크게 달라지고 우리가 과일, 채소, 물을 통해 섭취하는 것으로 충분하다. 오히려 칼슘섭취량이, 그것도 분자식이 바뀐 합성칼슘이 필요량을 초과할 경우 신장결석의 원인이 될 수도 있다. 신장결석이 원인이 되어 시행하는 투석은 고통이 무척 심하다. 그리고 투석은 근본적인 질병의 원인을 치료하는 것이 아니라 임시로 증상만을 완화시켜주는 대증요법이어서 투석을 장기간 시행하면 신장기능이 완전히 파괴돼 결국 신장이식수술④을 받아야 하는 경우가 대부분이다.

특히 가공우유는 단백질과 지방이 풍부한 액체고기로 산성식품이며 내부가 비닐로 코팅된 종이나 플라스틱 용기에 들어 있어 다이옥신, 프탈레이트, 폴리염화비닐 등 발암물질이 들어있을 수도 있다. 칼슘은 삼투압작용을 이용해 우리 몸을 약알칼리로 유지시켜 주는 기능을 하기 때문에 몸이 산성으로 변하게 되면 이를 중화시키기 위해 뼈나 치아에서 칼슘을 빼내 혈액으로 보내기 때문에 뼈와 치아를 약하게 만든다. 또한 유제품에 들어있는 동물성 단백질과 칼슘은 비타민D의 합성을 방해해 유방암 등 각종 암, 골다공증, 자가면역질환 등을 유발한다. 비타민D는 뼈의 칼슘농도를 유지시켜 주는 기능을 하는 물질로 햇빛의 자외선을 흡수해 우리 몸에서 합성해 내는 유일한 비타민이다. 이 같은 비타민D에 대해 잘 알려져 있지 않은 까닭은 주류의사들에게 이익으로 연결되지 않기 때문에 대부분 이에 대한 정보를 공개하지 않기 때문이다. 오히려 주류의사들은 햇빛의 자외선이 피부암을 유발시키기 때문에 햇빛의 노출을 줄이고 외출할 때는 자외선차단제를 바르라고 하지만 피부암은 햇빛과 같은 천연의 자외선 때문에 생기는 것이 아니라 형광등, 할로겐 등을 통한 인공 자외선과 자외선차단제에 들어 있는 합성화학물질 때문에 발병한다. 인간은 비타민D를 생성하는데 필요한 정도를 초과하는 자외선은 인체 내에서 자연적으로 분비되는 천연의 멜라민으로 적절하게 차단시켜준다.

그러나 여기에도 주의할 점이 있다. 우유나 두유에 첨가하는 비타민D는 천연의 비타민이 아니라 방부제 작용을 하는 합성비타민이어서 뼈를 약화시키고 동맥경화의 원인이 되는 식품첨가제라는 사실이다. 반면 알칼리성인 야채나 과일, 꿀, 잡곡 등은 산성을 중화시켜 약알칼리성으로 만들어주어 칼슘의 소실을 예방할 수 있다. 뼈와 치아를 튼튼히 하기 위해서는 칼슘도 필요하다. 그러나 그 가짜 음식인 유제품으로 합성 칼슘을 보충할 필요는 없다. 생선, 견과류, 콩, 야채, 과일 등 천연에 가까운 음식에는 천연의 칼슘이 풍부하다. 유제품으

④ 신장이식수술의 허구에 대해서는 필자의 저서 “병원에 가지 말아야 할 81가지 이유”에서 자세히 다루고 있다.

로 칼슘을 보충하는 미국인에 비해 생선, 견과류, 야채, 광일 등으로 칼슘을 보충하는 아시아인, 아프리카인, 중동인, 아메리카 인디언들에게서 골다공증의 위험이 훨씬 낮다는 연구결과는 너무도 많다. 그런데도 우유의 긍정적인 효과를 밝히려는 한 연구(낙농업계의 지원을 받은 연구)에서 우유를 하루 두 잔 이상 마신 간호사들이 우유를 더 적게 마신 간호사들에 비해 엉덩이 골절 위험이 크게 나타나자 연구원은 이런 결론을 내린다. "우유를 많이 마신 간호사들에게서 골절의 위험이 높은 것은 사실이지만 이는 우유를 많이 마셨기 때문이 아니라 오히려 시기도 늦었고, 그 양도 너무 적었기 때문이다."[78] 흔히 주류의사들이 이미 결론을 내려놓고 연구를 진행한 결과 그 결과가 다르게 나올 때 흔히 내리는 엉뚱한 해석이다.

2011년의 한 연구에 의하면, 칼슘이 적절한 비율로 유지되기 위해서는 혈액 내의 마그네슘과 칼슘과 인의 비율이 1:1:1로 유지되어야 하지만 가공우유를 많이 섭취하면 1:10:1로 되어 마그네슘과 인의 비율이 낮아지게 된다. 마그네슘은 골조직과 치아조직에 적절한 칼슘을 유지시켜 뼈와 치아의 강도, 탄력성을 유지시켜주고, 관상동맥을 칼슘이 막거나 신장에서 결석으로 변하는 것을 예방해 준다. 그리고 신경기능과 심장에서의 전기적 작용을 안정시켜 신장결석, 천식, 월경전증후군도 막아준다. 또한 혈액 내에 칼슘이 많으면 심장의 관상동맥을 막아 심장질환을 일으키기도 하고, 측두뇌의 혈관을 막아 편두통을 일으키기도 하며, 폐 속의 평활근에 쌓이면 천식을 유발하며, 뇌혈관에 쌓이면 뇌세포를 파괴하게 된다. 칼슘도 마그네슘, 비타민D, 보론, 인산, 호르몬 등 다양한 천연의 영양소들과 함께 조화를 이룬 자연적인 상태를 유지해야 한다. 그리고 식물의 엽록소를 만드는 기능을 하는 마그네슘은 칼슘이 지나치게 혈관이나 세포 속으로 들어오는 것도 막아준다.[79]

따라서 치아를 건강하게 유지시키기 위해 칼슘보충제를 복용하는 것은 극히 위험하다. 합성 칼슘의 양이 많아져 마그네슘과 인의 비율이 낮아지면 신장결석이 생길 위험이 커진다. 칼슘보충제에 들어 있는 칼슘은 천연의 칼슘이 아니라 방부제로 쓰이는 합성 칼슘이다. 대부분 신장결석환자에게 주류의사들은 칼슘섭취를 제한하도록 하지만 이것은 무지에서 나오는 처방이고 오히려 대부분의 결석환자는 천연 칼슘이 부족한 상황이므로 합성 칼슘을 줄이고 야채와 과일에 풍부한 천연 칼슘 섭취를 늘리는 게 좋다. 특히 놀라운 사실은 핵무기와 원자력발전소의 원료인 우라늄과 플루토늄의 분열 시 부산물로 발생하는 스트론튬-90⑤이라는 발암물질이 합성 칼슘과 화학적 특성, 작용이 동일하다는 것이다. 따라서 스트론튬-90은 쉽게 인간의 치아와 뼈에 축적되어 유방암 등 각종 암과 골다공증 등 만성질환을 일으키고 치아를 크게 부식시킨다. 1956년 미국 원자력에너지위원회(AEC)는 인간이 섭취하는 식품 중에서 스트론튬-90이 가장 많이 포함되어 있는 식품이 우유라는 사실을 시인했고 2001년의 연구에서도 동일한 결과를 확인했다.[80]

3장. 치아치료가 잇몸을 파괴한다.

어린이에게 가장 많이 시술하는 치아치료는 아말감충전이다. 어린이 중 거의 반수가 아말감충전을 할 정도로 어린이 충치와 아말감시술은 심각한 상태다. 그런데 치아충전용 아말감에 52퍼센트 들어있는 중금속 수은⑥은 신장 기능을 크게 악화시킨다. 수은은 신장 기능

⑤ 미국 핵무기시험장인 네바다사막과 1986년 구소련의 체르노빌 원자력발전소와 2011년 일본 후쿠시마 원자력발전소 폭발 사건에서도 스트론튬-90이 검출되었다. 스트론튬-90은 세슘과 함께 반감기가 30년이고 칼슘과 분자구조가 동일해 쉽게 뼈와 치아에 축적되며, 축적된 후에는 제대로 배출되지 않는다.

⑥ 자연에 존재하는 천연 수은은 식물, 동물, 물, 돌 등 모든 물질에 존재하나 이는 다른 지방, 단백질, 탄수화

을 악화시켜 소변 내 칼륨과 나트륨의 양을 증가시키고, 혈액 내의 수용성 단백질인 알부민의 양을 증가시킨다. 소변에서 칼륨, 나트륨의 양이 증가한다는 말은 이들을 체외로 빠르게 배출시켜 혈액 내에 칼륨과 나트륨의 농도가 감소함을 의미한다. 알부민이 제대로 배출되지 않아 혈액 내의 수치가 높아지면 알부민을 생성하는 간의 기능이 약해지면서 간부전증을 유발시킨다. 단백질은 체내의 합성화학물질을 체외로 배출시키는 작용을 한다. 때문에 C형간염환자에게 합성 알부민을 투여하는 치료를 할 때 종종 간부전증으로 환자가 사망하는 의료사고가 일어나는 일이 이 때문이다. 혈액 내에 나트륨 수치가 낮아지면 신장에서 혈관을 수축시키는 작용을 하는 레닌이라는 효소의 분비를 증가시켜 결국 고혈압과 심장질환을 일으키게 된다.

스케일링은 치아를 보호해주는 에나멜층을 벗겨내는 것이어서 잇몸 질환을 유발시키는 가장 위험한 행위다. 또한 치과병원에서 치아미백제로 사용하는 합성 과산화수소수는 독성물질로 피부에 접촉하면 화상을 일으키기도 하고 세포를 괴사시키기도 한다. 때문에 치과병원에서 치아미백치료를 할 때 과산화수소수의 농도를 치아 법랑질의 산도와 비슷한 15퍼센트 이하로 유지해야 하지만, 표백효과를 높이기 위해 30퍼센트 이상으로 사용하는 것이 보통이어서 화상을 입을 위험이 크다. 고농도의 과산화수소수는 치아를 짧은 기간 동안 하얗게 해주기는 하지만 장기적으로는 잇몸을 크게 부식시킬 위험이 있어 환자가 주의해야할 사항이다. 반면 야채와 과일에 풍부하게 들어 있는 천연 비타민C와 천연의 과산화수소는 잇몸을 튼튼하게 해주는 콜라겐의 합성을 도와주고, 치아를 하얗게 보존해준다. 충치를 예방하는 가장 좋은 방법은 약과 가공식품, 치약과 가글제, 그리고 치과병원을 멀리하고 천연소금으로 세척하며 채식과 과일 등 천연 위주의 건강한 식단으로 영양 상태를 양호하게 유지하는 방법이다. 반면 독일 하이델베르크대학의 코브렌쯔 등이 19세에서 30세까지의 자원자들을 조사한 연구에 의하면, '니코틴은 잇몸질환을 일으킨다.'는 주류의사들의 가설과는 달리 오히려 잇몸질환을 예방해주는 것으로 밝혀졌다.[81)]

반면 '스킨 페이딩' 또는 '스킨 라이트너'라고 표기된 피부미백 화장품에 들어 있는 히드로퀴논은 피부의 멜라닌 색소의 생성을 차단하는 합성화학물질로 1급 발암물질이다. 유럽연합에서는 히드로퀴논의 위험성을 인식하고 전면적으로 사용을 금지시켰으나 미국이나 우리나라에서는 2퍼센트 내에서 사용이 허용되고 있다. 인체에서 생성되는 멜라닌은 자외선을 차단해주는 천연의 색소로 면역체계의 일환이다. 또한 1급 발암물질인 중금속 수은이나 크롬도 피부를 하얗게 만들기 때문에 피부미백제에 대부분 함유돼 있다. 그러나 피부색은 유전적으로 태어나기 때문에 피부미백제를 바른다 해도 피부가 영구적으로 하얗게 되는 것은 아니고 다만 일시적으로 변화시키면서 면역체계를 크게 파괴한다.[82)] 인위적으로 발암물질인 크롬이나 수은, 히드로퀴논을 사용해 면역체계를 약화시켜 멜라닌 생성을 억제하고, 이로 인해 피부암이 염려돼 다시 나노입자인 티타늄 등으로 이뤄진 자외선차단제를 또 바르는 것은 극히 위험한 일이다. 사실 피부암은 자외선이 원인이 아니라 형광, 할로겐 등 인공빛에 의해 발병하는 것으로 밝혀졌다.

반면 사랑니 제거 치료 등 치아치료 과정에서 진통제로 흔히 사용되고 있는 마약성분의 다르본과 다르보셋 등 진통제가 오랫동안 많은 환자에게 치명적인 심장질병을 일으켜 죽음

물, 비타민, 크롬, 황 등 다른 여러 가지 물질들과 상호작용을 일으켜 인체에 아무런 해를 주지 않는다. 그러나 건전지, 형광등, 아말감, 의약품, 피부미백제 등에 사용하는 합성 수은은 자연에 존재하지 않는 물질로 치명적인 독으로 작용한다. 1그램의 수은은 8만 제곱미터(2만 5천 평)에 달하는 호수의 물고기를 전부 죽일 수 있다. 합성 수은이 인체에 들어오면 영구적인 뇌손상, 중추신경 장애, 심장병, 신장장애, 간 손상, 암, 신체마비, 다발성 경화증, 주의력결핍증후군 등 각종 만성질병이 일어난다.

으로 몰고 간 사례들이 보고되면서 FDA는 2010년 11월 시장에서 퇴출시켰다. 다르보셋은 1957년에, 다르본은 1975년 FDA의 승인을 받은 마약성 진통제로 치명적인 부작용이 계속해서 보고되면서 여러 차례 회수 요청이 제기되기도 했지만 돈에 매수된 FDA는 이를 묵살함으로 50년간 10,000명 이상의 사망자를 발생시켰다. 문제는 그동안 이들 약을 복용한 사람들이 수천만 명에 달한다는 사실이다.

현재 많이 사용하는 치약이나 가글제에는 합성화학물질인 메틸알코올, 유칼리프롤, 클로로헥시딘, 불소 등이 함유되어 있다. 게다가 표백제, 향미제 등 다양한 합성물질로 이뤄져 있어 에나멜층을 크게 부식시키는 것으로 확인되고 있다. 게다가 불소는 지능저하, 각종 암을 유발시키고, 갑상샘, 신장, 중추신경계, 골격계를 파괴하고 우리 몸에서 필수영양소인 요오드를 배출시킨다. 그리고 잇몸 질환을 예방하기 위한 보충제로 코엔자임Q10이 많이 처방되고 있으나 보충제는 약과 동일하므로 오히려 위험할 수 있다. 천연 코엔자임Q10은 채소와 과일에 풍부하게 들어있기 때문에 보충제로 복용할 필요는 없다.[83)]

4장. 수돗물에 불소를 넣지 마라.

주류의 치과의사들이 강력하게 권장하는 '수돗물 불소화 정책'은 치과의사들의 이익을 극대화하기 위해 국민의 건강을 무너뜨리자는 이기심에 불과하다. 강독성 합성화학물질인 불소가 인체에 들어오게 되면 약, 가공식품 등을 통해 들어오는 다른 합성화학물질과 상승작용을 일으켜 어떤 질병을 일으키게 될지는 아무도 모른다. 게다가 이미 수돗물에는 강독성 발암물질인 염소가 포함되어 있지 않은가? 수돗물을 소독하는데 사용하는 염소는 표백제와 살충제의 원료로도 쓰이며 특히 염소로 수돗물을 소독할 때는 치명적인 강독성의 클로로포름⑦을 부산물로 만들어낸다. 클로로포름은 방광암, 직장암, 결장암, 식도암 등을 일으키는 것으로도 밝혀졌다. 박테리아를 살균하기 위해 발암물질을 넣는 상황에서 많은 사람들은 콜레라로 죽을지, 암으로 죽을지 기로에서 고민을 해야 한다.[84)]

콜레라는 면역력으로 이겨낼 수 있지만 염소로 소독된 수돗물은 면역력을 약화시킨다. 수돗물을 염소로 살균하는 것도 위험한데 거기에 또 불소를 추가해서는 안 된다. 게다가 수도관에는 납이 함유되어 있어 끊임없이 납이 녹아나온다. 특히 불소는 수도관을 부식시키기 때문에 납을 용해시킬 위험이 크다. 납은 성질이 부드러워 수압에 쉽게 팽창과 수축을 할 수 있고, 지진에 의한 진동에도 쉽게 휘어지며, 또한 공사하기가 쉽다는 점과 녹슬지 않는다는 점 때문에 수도관에는 납을 포함시킨다. 납은 수은과 함께 대표적인 중금속이어서 한번 체내로 흡수되면 지방층에 축적돼 배출이 거의 힘든 물질이다. 납은 중추신경을 마비시켜 정신지체나 학습장애, 폭력성을 유발하는 원인으로 밝혀졌다. 납은 여성들의 립스틱에도 다량 함유되어 있다.

치과의사들이 "불소가 충치를 예방해준다."고 주장하지만 이는 수많은 동물실험 또는 역학조사를 통해 짧은 기간 동안 시행한 연구에서 '충치가 줄어들지 않은 결과'는 폐기하고 '충치가 줄어든 결과'만을 인용하기 때문이다. 불소가 충치를 예방해준다는 가설은 충치가 뮤탄스균 같은 미생물에 의해 일어나기 때문에 강독성물질인 불소로 이들을 살균하면 충치

⑦ 전신마취제로 쓰이는 강력한 1급 발암물질로 단 맛이 나며 무색 투명하다. 다량 흡입하면 호흡마비에 의한 사망뿐만 아니라 심장, 신장, 눈, 간, 폐 등에 치명적이다. 영화에서 손수건에 묻혀 기절시키는 약이기도 하며 에어컨의 냉각제, 현재는 부작용이 너무 심해 마취제로 사용을 금지하고 있으나 가공식품의 방부제, 백신의 방부제, 각종 건축자재의 방부제는 사용되고 있다. 특히 우려할 일은 물을 염소로 소독할 때뿐만 아니라 치약, 비누, 샴푸, 그릇세척기 등에 들어 있는 살균제인 트리클로산이 물과 화학반응을 일으킬 때 클로로포름이 생성된다.

를 막을 수 있다는 발상이다. 역시 강독성물질인 염소로 수돗물을 소독하기 시작할 당시에도 염소로 미생물을 살균하면 전염성질병을 막고 충치도 예방할 수 있다고 했지만 충치는 전혀 예방효과가 없음이 밝혀졌다. 그러자 이제는 다른 강독성물질인 불소로 다시 대중을 상대로 임상실험을 해보자는 위험한 생각이다. 그러나 충치의 근본 원인은 약, 가공식품 등을 통해 면역체계가 약해졌기 때문이며 뮤탄스균 등이 악성으로 변이된 까닭은 그 결과일 뿐이다. 물론 야채와 과일에 풍부하게 들어 있는 천연의 불소는 치아뿐만 아니라 면역체계 전체를 회복시켜 건강을 보장해 주지만 화학산업의 폐기물인 불소는 전혀 다른 물질이다. 혼란을 유도하기 위해 이름만 동일하게 붙였을 뿐이다.

그리고 중요한 사실은 이런 연구들이 모두 충치에 관해서만 실시한 연구라는 사실이다. 그 외에 각종 암, 간부전증, 신부전증, 심장질환, 자폐증, 당뇨병, 고혈압, 뇌졸중 등에 대해 불소가 어떤 영향을 미치는지에 대해서는 일체 실험도 하지 않고 언급도 하지 않는다. 염소 등 다른 합성화학물질과 불소가 어떤 상승작용을 일으키는지에 대해서도 연구가 진행된 적은 한 번도 없다. 불소화정책과 관련하여 1999년, 서울대학교 의과대학에서 실시한 연구에 의하면 “미량의 불소 단독으로는 뇌신경에 독성을 일으킨다는 증거는 충분하지 않지만, 알루미늄, 납 등과 같은 화학물질들과 상승작용을 일으키는 부분에 대해서는 더 많은 연구가 필요하다. 특히 투석치료를 받는 신부전 환자 등에서는 이러한 소량의 불소도 신경계에 독성을 유발시켜 악화시킬 수 있다.”는 결론을 내렸다.[85] 불소의 안전성이 확인되지 않았다는 말이다. 주류의사들은 ‘위험성이 확인되지 않았다면 안전하다.’고 한다. 그러나 질병은 수십 년간 합성화학물질이 체내의 뼈와 치아에 흡수되어 면역체계가 무너지면서 발병하는 것이므로 당장 몇 개월 내에 질병이 발생하지 않았다고 해서 안전하다고 말할 수는 없다. 따라서 자연에 존재하지 않는 모든 합성화학물질은 안전하다는 과학적 증거가 확인될 때까지 음식이나 식수에 첨가해서는 안 된다.

발암물질이며 두뇌에 큰 손상을 미치는 불소를 치과의사들이 “치아를 예방해준다.”는 강력한 선전으로 미국과 캐나다, 우리나라에서는 치약, 가글제와 수돗물, 각종 약 등에 흔히 첨가하고 있다. 그러나 불소가 치아치료용으로 쓰이게 된 과정은 이렇다.

1940년대 알루미늄 제조회사인 아메리카알루미늄사(알코아)와 제초제, 살충제, 비료 생산 회사인 몬산토는 알루미늄합금과 아연합금을 제련할 때, 그리고 비료를 생산할 때 폐기물로 생성되는 불소(플루오린)의 처리가 고민이었다. 불소는 코를 찌르는 듯한 통증을 유발하며, 유리도 녹일 정도로 독성이 강한 물질이고, 체내에 축적되어 치아를 검게 변색시켜 불소침착증이라는 치아 반점을 일으키기도 한다. 특히 불소는 강한 부식력이 있어 치아뿐만 아니라 기계 등의 철을 녹슬게 한다. 수돗물의 99퍼센트가 공업용으로 쓰이고 식수로는 0.5퍼센트도 사용되지 않는다는 점을 고려할 치아부식뿐만 아니라 산업에도 큰 피해를 주는 물질이다. 그리고 신장투석에 사용되는 물도 불소가 함유되어 있으면 안 되기 때문에 불소를 제거하는 작업을 거친 후에 사용해야 한다. 처음에 불소는 이를 신경가스인 사린⑧, 제초제, 쥐약, 마취제 등의 원료로도, 핵무기 제조 시 우라늄 농축에도 이용했지만 이 정도의 소비만으로는 폐기물로 생성되는 전체 불소량을 처리할 수 없었다. 이때 이 두 화학회사는 치과협회에 재정지원을 하고 불소의 적절한 용도를 연구하도록 의뢰한다. 문제는 이 때 ‘불소가 충치를 예방한다.’는 연구 결과들은 1~3개월의 짧은 기간 동안 진행해 얻은 결과였다. 그러

⑧ 1995년 일본 도쿄 지하철에서 일어난 테러에 사용한 독가스 사린의 원료는 불소다. 옴진리교 신도들에 의해 일어난 이 테러로 13명이 사망하고 6,000명이 중경상을 입었다.

나 다른 만성질병과 같이 충치도 1~3개월 만에 생기는 질병이 아니고 오랜 시간이 지나면서 면역체계가 무너질 때 나타나는 질병이다.

최초의 불소화정책은 15년의 기간을 둔 장기적인 시험연구로 진행됐다. 1945년에 불소화정책을 받아들인 미국 미시간 주 그랜드 래피즈시와 비불소화 지역인 머스케건을 비교하여 불소가 실제로 치아건강에 혜택을 주는지 여부를 확인하려는 것이었다. 그러나 화학회사들은 오랜 기간을 기다릴 수 없었다. 제1차 세계대전에서 승리한 미국은 세계의 재건을 주도했고 이 과정에서 알루미늄은 철에 이어 절대적인 산업재였기 때문에 계속해서 산업폐기물인 불소가 쏟아져 나오는 상황이었다. 결국 연구 결과가 나오기 전인 바로 그 이듬해부터 알루미늄산업계의 로비와 압력에 무너진 6개 도시가 불소화를 시작했다. 1년 후인 1947년에는 머스케건을 포함하여 87개 도시가 불소화를 도입하였다. 그 후 '글래스고우 동종요법 병원'의 쉐일라 깁슨이 영국에서 불소화정책을 추진하고 있는 버밍햄에서 진행한 연구에 의하면 불화나트륨(산업폐기물인 불소)이 면역체계를 손상시켜 유아사망률과 선천성 다운씨증후군의 발병률을 높인다는 사실을 확인했다. 1970년대에 알버트 샤츠도 라틴아메리카 국가들에서의 불소화정책이 유아 사망률을 크게 증가시킨다는 사실을 재차 확인했다. 이같이 불소의 위험을 확인한 연구논문들은 수없이 많다. 뉴욕 주 세인트 로렌스 대학의 화학교수인 폴 코네트는 불소화정책위 위험성에 대해 이렇게 말한다. "그동안 불소화정책을 지지하는 연구논문들을 검토한 결과 불소화정책을 뒷받침하는 과학적 근거가 너무 빈약하다는 사실을 확인했다. 산업폐기물이면서 강독성 발암물질인 불화나트륨을 우리의 수돗물에 첨가하는 것은 너무 위험하다. 치과의사들은 "아직 유해성을 보여주는 과학적 증거가 나타나지 않았기 때문에 안전하다."고 하지만 이것은 마치 20층 건물에서 떨어진 사람을 두고 9층에서 창밖을 보는 사람이 "좋아, 아직까지는 별일 없어!"라고 말하는 것과 같다."[86] 사실 불소든, 염소든, 프탈레이트든, 수은이든 약과 가공식품 등을 통해 미량씩 인체로 들어오는 합성화학물질이나 중금속이 인체의 면역체계를 무너뜨리고 질병을 유발하는 데는 오랜 시간이 걸린다. 10년, 혹은 20년! 마치 20층에서 떨어진 사람이 지면에 닿으려면 시간이 필요하듯이...

결국 화학회사는 많은 비용을 들여 강독성의 산업폐기물인 불소를 처리해오다가 오히려 비싸게 폐기물을 치료제로 판매할 수 있게 되었다. 최근의 사례로 조지 W. 부시대통령 당시의 재무장관으로 임명됐던 폴 오닐은 세계최대의 알루미늄업체인 알코아의 회장이다. 그 후 많은 양심적인 학자들이 합성 불소가 암 유발, 뇌신경파괴, 생식능력 저하, 치아부식 등의 위험을 경고했지만 화학회사들의 막강한 재정지원을 받는 치과의사들과 주류언론에 의해 무시되고, 불소의 사용은 점점 확산되고 있다. 미국에서는 불소가 함유된 치약에는 반드시 "실수로 치약을 삼키면 즉시 독극물센터로 연락하십시오."라는 경고 문구를 적도록 의무화하고 있다. 1983년 연구에 의하면 수돗물에 불소 함량이 12ppm을 넘으면 남성호르몬인 테스토스테론의 합성이 저하되어 정자의 생성이 감소돼 여성이 임신할 수 없게 된다고 한다. 또 1994년 아칸소 주 농무성의 스탠 프레니의 연구에 의하면 수돗물의 불소 함량이 4ppm을 넘은 지역은 불소 함량이 낮은 다른 지역에 비해 출산율이 크게 감소했다고 한다. 반면 캐나다의 연구에 의하면 한 번도 수돗물에 불소를 첨가한 적이 없는 밴쿠버의 충치발생률은 30년 전부터 불소화를 추진해온 토론토의 충치발생률과 동일하다. 오히려 불소로 인해 치아의 에나멜층을 이루는 수산화인회석을 녹여 치아를 검게 만들고, 동시에 뼈의 면역체계를 약하게 만들어 뼈 암, 골다공증 등을 일으킨다는 점을 고려할 때 주류의 치과의사들이 충치환자를 양산하기 위한 거짓 의학이라는 의심도 받고 있다. 현재 불소는 미국의 62퍼센트 지역, 캐나다의 30퍼센트 지역, 우리나라와 영국의 10퍼센트 지역에서 수돗물에 강제로 투여

하고 있지만 유럽에서는 아일랜드와 영국을 제외한 독일, 프랑스, 이탈리아, 벨기에 등 거의 대부분 나라가 금지하고 있다.[87)] 특히 유럽의 대부분의 나라는 불소첨가제가 들어간 제품에 대해 판매를 금지하고 있다.

발암물질인 염소, 불소를 비롯해 각종 합성화학물질을 태어나면서부터 장기간 섭취하게 되면 지방층에 서서히 축적되다가 일정 한계에 도달하면 면역체계를 무너뜨리고 각종 질병을 일으킨다. 치아는 뿌리부터 질병이 시작되고, 결국에는 아말감이나 임플란트, 레진 등으로 대체하고, 아말감이나 임플란트 등의 부작용으로 각종 암, 심장질환, 신부전증, 뇌졸중 등으로 고통을 겪게 된다. 결국 땀으로 모은 재산은 모두 치과의사와 일반의사에게 빼앗기고, 결국 생명마저 빼앗기고 만다. 따라서 치과의사들이 불소화사업에서 주장하는 '공공의 이익을 위하여'라는 구호는 대중의 고통을 빌미로 재산을 빼앗기 위한 거짓 문구에 불과하다.

5장. 아말감의 치명적인 위험.

우리가 흔히 치아충전용으로 사용하는 아말감에 대해 캘리포니아 치과의사 데이비드 이글레스턴은 1984년부터 1990년까지 30회 이상의 실험을 실시하여 그 연구 결과를 발표했다. 그는 세 명의 환자를 대상으로 치아 충전용 아말감⑨을 제거하기 전과 제거한 후의 면역세포인 T-림프구를 측정했다. 그 결과 아말감을 제거하자 세 명 모두에서 T-림프구의 비율이 50퍼센트 이상 급속도로 높아진 것을 확인했다. 그러나 세 환자에게 아말감을 다시 충전하자 다시 T-림프구가 50퍼센트 이하로 감소했다. 반면 아말감이 아닌 재료로 충전하자 역시 T-림프구는 50퍼센트 이상 증가했다. 이러한 연구는 1989년에 캘거리대학 의학교수인 머레이 J. 비미와 1990년 콜로라도의 치과의사인 할 허긴스, 1992년에 애리조나대학의 배스캔 에포시안, 1994년 우리나라의 고영화와 일본의 시마즈 쓰네도시의 공동연구에서도 재차 확인되었다.

이러한 결과는 아말감에 포함된 수은에 의해 면역체계가 제 기능을 하지 못하기 때문에 백혈구의 일종인 T-림프구가 제대로 만들어지지 않기 때문이다. 이 같이 면역체계가 파괴되어 림프구가 제대로 만들어지지 않는 경우가 에이즈 환자다. 사실 에이즈는 HIV 바이러스에 감염돼 인체 내의 면역체계가 무너지는 것이 아니라 합성화학물질, 약의 부작용, 중금속 등에 의해 림프구가 부족해진 상태다. 즉 바이러스에 의한 전염병이 아닌 일종의 암이다.⑩ 수은은 액체 금속으로 그 체내 흡수율이 90퍼센트에 달하며 그 중 70퍼센트는 폐에 축적되고, 30퍼센트는 혈액으로 들어가 신경계와 간, 신장을 파괴하며 T-림프구를 손상시켜 피부병 등을 유발시킨다. 많은 사례에서 아말감을 제거하자 수십 년을 고생하던 피부물집이나 아토피 등이 사라졌다는 임상보고는 흔하다.[88)]

테네시대학의 독성연구소는 지구상에 가장 치명적으로 인체에 해를 미치는 방사능인 플루토늄의 독성을 1,900으로 잡았을 때 수은의 독성을 1,600으로 평가한다. 다시 말해 비방사능 물질 중 수은은 독성과 휘발성이 가장 강한 물질이다. 이 같은 수은 독성을 이용해 미국의 무지한 주류의사들은 매독, 폐렴, 암 등을 치료하는 약으로 사용하기도 했지만 치료효

---

⑨ 아말감(amalgam)은 수은을 다른 금속과 합금한 것으로 수은이 모든 금속을 녹이는 성질에 의해 액체 상태였다가 일정 시간이 지나면 고체로 된다. 썩은 이를 메울 때 사용하는 치아용 충전재인 아말감은 수은 52퍼센트, 은 23퍼센트, 주석 12퍼센트, 구리 13퍼센트로 이루어져 있으며 금보다 값이 싸고 수은이 모든 금속을 녹일 정도로 독성이 강하기 때문에 다루기가 편하고, 수익이 크다는 이유로 주류치과의사들에 의해 150년 이상 사용돼 왔다.

⑩ 에이즈의 실체에 대해서는 필자의 저서 '그들은 어떻게 권력이 되었는가'에서 자세하게 다루고 있다.

과는 전혀 없고 환자만 이른 시기에 죽음으로 몰고 간다는 사실이 알려지면서 1960년대부터는 전면 금지됐다. 수은의 독성이 매독균만을 파괴할 것이라는 가설은 허구라는 것이 밝혀졌음에도 수은이 충치균만을 파괴할 것이라는 가설을 치과의사들은 아직도 고수하고 있다. 지금도 주류의사들이 처방하는 치료약이 치명적인 부작용이 알려지면서 내일 또는 다음달에 금지되는 경우는 흔하다.

이 같이 치명적인 독성으로 인해 스웨덴은 1997년에, 오스트리아는 2000년, 미국 캘리포니아 주는 2002년, 노르웨이와 스웨덴, 덴마크(세 나라는 아말감뿐만 아니라 수은이 포함된 모든 제품의 사용이 전면 금지됐다)는 2008년에 아말감의 사용을 완전히 금지시켰지만 미국(미국은 수은 온도계만을 금지했다)의 나머지 주와 영국, 캐나다, 일본, 우리나라 등은 여전히 아무런 규제를 하지 않는다. 다만 영국은 임산부에 대해서만 사용을 자제할 것을 권고하고 있을 뿐이지만 독일에서는 아말감 충전을 어금니에 한해서만 허용하며 특히 임신부에 대해서는 사용을 전면 금지하고 있다. 여성이 아말감 치료를 받는 경우에는 불임의 위험이 크고, 특히 임신부가 아말감 치료를 받은 경우 태아는 자폐증 등 기형아로 태어날 위험이 급증하며, 또한 남성이 아말감 치료를 받는 경우 정자수가 크게 줄거나 발기력이 감소하기 때문이다. 우리가 일상 중에서 쉽게 접하는 건전지, 형광등, 살충제, 온도계, 페인트, 콘택트렌즈 보존액, 화장품, 의약품(특히 소독제인 머큐로크롬⑪), 접착제, 목재방부제, 합성가죽, 에어컨 필터, 농약 등에도 많이 들어 있다.[89)]

이같이 치명적인 위험성을 안고 있는 수은은 어린이에게 흔하게 접종하는 홍역, 볼거리, 소아마비, 인플루엔자 백신 등 각종 백신⑫에도 다량 함유되어 있다. 수은은 백신의 유통기간을 늘리기 위해 방부제, 살균제인 티메로살의 주원료로 사용된다. 수은의 독성으로 세균을 살균하려는 의도다. 현재 전 세계에서 급증하는 어린이의 자폐증은 수은의 부작용 때문이라는 지적이 많다. 2004년, 뉴욕타임스에 의하면 "MMR백신이 도입되던 1987년에서 1998년 사이에 자폐증환자는 3배로 증가했고, 1998년에서 2002년 사이에는 또 2배로 증가했다."고 한다. 이러한 자폐증은 수은을 주원료로 하는 티메로살이 원인이라는 사실이 지금까지 계속 지적되어 왔으나 제약회사와 주류의사들은 이를 철저히 부인하며, 유전자 등 개인적 원인에 기인한다고 주장해왔다. 그러면서 "자폐증환자가 늘어나는 이유는 진단 기술이 발달했기 때문이라며 이전에는 정신박약, 정신분열증으로 진단받을 환자도 이제는 자폐증으로 진단하게 되었다."는 진부한 변명을 한다.[90)]

그러나 자폐증이 늘어나는 만큼 정신박약이나 정신분열증이 줄어드는 게 아니라 이들 질병도 역시 늘고 있다. 미국은 백신의 보급률에 정비례해서 자폐증환자가 급증하자 자폐증발병률을 줄이려는 의도 아래 1980년 이후 5번에 걸쳐 자폐증환자의 기준을 수정해 그 범주를 좁혀왔다. 예컨대 약한 증상의 자폐증은 '비전형 전반적 발달장애(PDD-NOS)'라는 병명으로, 대인 소통능력이 부족한 환자는 아스퍼거증후군으로 분류해 자폐증에서 제외했다.[91)] 이런 축소 과정을 거쳤어도 현재 자폐증은 현대의학이라는 신흥종교가 널리 퍼져있는 미국, 캐나다, 영국, 일본, 우리나라 등에서는 계속 급증하고 있다.

수많은 시민단체와 양심적인 비주류의사들에 의해 수은의 위험성이 계속제기되자 마침내 미국은 백신에 수은의 사용을 금지한다. 미국이 2001년 티메로살의 자국 내 사용을 금지하자 자폐증 환자 수는 급감하기 시작했다. 2003년에는 2002년도에 비해 37퍼센트 줄었고, 2004년에는 2003년도에 비해 54퍼센트 줄었다. 현대의학에서 벗어난 결과다. 그러나 수은

⑪ 전에 모든 집에 상비할 만큼 인기를 끌며 '빨간 약'으로 불리던 머큐로크롬은 수은 용액이다. 빨간 약의 내용물이 수은이라는 사실이 알려지면서 현재는 사라졌다.

⑫ 백신의 위험에 대해서는 필자의 저서 "병원에 가지 말아야 할 81가지 이유"에서 자세하게 다루고 있다.

은 백신뿐만 아니라 건전지, 형광등, 온도계, 살충제, 페인트, 화장품, 의약품, 건축자재, 공장의 배출 매연 등에 광범위하게 들어있다. 이렇게 쉽게 접할 수 있는 수은은 강독성 물질로 적은 양으로도 면역체계와 중추신경계, 콩팥, 간의 기능을 약화시킬 수 있다. 게다가 우리나라는 주류의사들의 거짓 연구로 인해 아직도 백신에 수은을 사용하고 있다. 이 같이 극히 위험한 수은이 인체의 면역체계를 거치지 않고 직접 혈류로 보내는 주사제는 더욱 위험하다.

현재까지 미국에서만 아말감의 위험성을 경고하는 의학 논문은 1만 2천여 편이 넘을 정도로 아말감은 아스파탐, 항암제 등과 함께 논란이 심한 부문이다. 그러나 미국 치과협회와 식약청(FDA), 국립보건원(NIH), 세계보건기구(WHO) 등에서는 수은 중독의 주원인을 참치로 돌리며 아말감의 사용을 계속해서 허용하고 있다. 치과협회의 지속적이고 막대한 뇌물이 작용하는 탓이다. 다만 FDA는 홈페이지를 통해 “어린이와 임신부가 아말감 치료를 받을 경우 치명적인 신경독소로 위험에 빠질 수 있으니 주의하십시오.”라고 경고하고 있다.[92] 수은은 아스파탐과 함께 신경조직을 파괴하는 대표적인 독성물질이다. 반면 양심적인 치과의사들은 대부분 백금의 일종으로 금보다 싸고 부작용이 가장 적은 것으로 알려진 팔라듐으로 치아를 대체하는 것이 가장 좋은 방법이라고 추천한다. 금의 단단한 정도나 닳는 성질 등 화학적인 성질이 치아와 가장 유사하면서도 입안의 환경에서 변색이나 부식에 대한 저항성도 우수하고 우리 몸에 가장 해를 주지 않는 금속이기 때문이다.

6장. 임플란트는 더 위험하다.

친구를 우연히 거리에서 만났다. 그런데 그는 마스크를 쓰고 있었다.

어디 아프냐고 물으니 어색한 표정과 어눌한 발음으로 말을 한다.

임플란트 했어. 3개.

어, 너도 했냐.

친구들 중 네 명에 한 명꼴로 임플란트 시술을 한다. 이제는 거대한 유행이 되고 있어 1년에 50만 건이 시술되고 있다.

아말감의 실체가 드러나면서 세계적으로 수요가 줄어들자 치과의사들은 임플란트와 금도금을 선전하기 시작했다. 수은을 사용하지 않는다는 것이 중요한 선전 문구였다. 그러나 임플란트에는 치과의사들의 주장과는 달리 수은도 포함돼 있을 뿐 아니라 치명적인 1급 발암물질인 베릴륨이 함유되어 있음이 밝혀졌다. 베릴륨은 알루미늄보다 가벼우면서도 철보다 강한 금속으로 원자폭탄의 폭발력을 증대시키기 위한 중성자 감속재로 쓰이는 물질이며 동시에 폐암을 유발하는 물질이다. 1990년대에 냉전이 종식되면서 핵무기산업에서 중요했던 원료인 베릴륨의 사용이 줄어들게 되자 재빨리 치과산업과 핵무기산업이 공모해 이를 보조치아용으로 사용하게 된 것이다.

그러나 베릴륨이 포함된 임플란트로 인해 폐암과 심장질환, 피부질환을 유발하는 것으로 확인되어 우리나라에서는 2009년 7월부터 베릴륨의 수입을 금지하고 치아보조제에 0.02퍼센트 미만만을 허용하고 있다. 베릴륨이 함유된 임플란트는 유럽 대부분의 국가에서는 일체 금지 사항이지만 미국에서는 치과협회의 강력한 로비 덕택에 아무런 규제 없이 허용되자 우리나라에서도 일정 한도로 사용이 허용된 것이다. 그리고 아말감에 금을 씌우면 금에서 자기장이 발생해 아말감에 들어있는 수은은 용해 속도가 몇 배 늘어나 전기 자극으로 신호를

받는 신장과 폐, 심장 등의 신호에 혼란을 일으키기 때문에 신장결석, 심장마비 등을 일으킬 수 있다. 그리고 임플란트를 치아의 뿌리에 고정시키는 나사못 등의 재료인 티타늄은 자외선차단제로도 사용되는 나노입자로 가볍고 단단하며 부식이 잘 안 된다는 것이 장점이나 암을 유발시킨다고 지적되는 물질이다. 게다가 티타늄은 고밀도의 분자구조를 이루기 때문에 생체적합성이 약해 수술 후 정상 상태로 회복되는데 수 개 월이 걸리는 경우도 흔하다. 이러한 티타늄은 마그네슘을 독성이 강한 염소로 처리해야 하기 때문에 고도의 제조 기술이 필요하고 이 기술은 미국, 일본, 러시아, 중국만이 보유하고 있어 현재 우리나라는 전량 수입하고 있다.

또한 최근의 연구에 의하면 인체 내에 삽입하는 임플란트 같은 인공물에는 구강세균이 번식하는 좋은 요새임이 확인됐다. 그래서 임플란트 주위에는 쉽게 염증이 일어난다. 그러자 치과의사들은 항생제를 주기적으로 과다 처방했지만 오히려 구강세균에게 내성을 유발시켜 오히려 더욱 치명적인 감염성 질병을 유발할 수 있다. 이 때문에 결국 몇 년 후에 임플란트를 제거하는 수술을 다시 해야 하는 상황으로 돌변하지만 수술은 주변의 근육과 혈관에 커다란 충격을 주는 의료행위로 가능한 한 피해야 하는 위험한 행위다.[93] 한편 암 등 불치병을 전통의학으로 치료하는 일본의 야야마 도시히코는 “입안에 장착하는, 수은이 함유된 아말감, 팔라듐이라는 합금 등 치아치료제는 금속으로 되어 있어서 심전도에서 발생하는 전류의 10배를 방출한다. 이렇게 방출된 전류는 다시 아말감 등의 금속을 이온화시켜 인체 스트레스의 원인이 되고 이 스트레스가 류머티스 관절염의 직접적인 원인이 된다.”고 한다. 그는 자기의 환자에게서 입안의 금속을 모두 제거한 결과 류머티스가 깨끗하게 완치됐다고 한다. 이런 현상은 발전소에서 근무하는 노동자들의 백혈병 발병률이 일반인에 비해 38배 높은 것으로도 입증된다. 전자파 에너지에 의해 DNA가 파괴되기 때문이다. 또한 전자파는 유전자의 말단부위인 텔로미어를 다시 증식시켜 암의 성장 속도를 24배 높인다는 사실도 확인됐다. 특히 몸속에 품고 다니는 아말감을 통해 노출될 수 있는 수은의 위험도는 일반 환경오염을 통해 노출될 수 있는 위험의 4배를 넘으며 신경계와 소화계를 크게 손상시키고 관절염도 일으키는 것으로 알려져 있다.[94]

대부분의 시술자들은 임플란트가 신경을 건드려 심한 통증과 염증을 유발해 식사가 불가능할 정도의 심각한 피해를 호소하고 있다. 생명체인 뼈에 발암물질인 금속을 삽입하는 것이 위험하다는 것은 자명하다. 그런데도 탐욕에 젖은 치과의사들이 인체에 치명적인 물질을 아무런 거리낌 없이 사용하는 까닭은 임플란트 시술이 쉽고 수익률이 높다는 이유다. 임플란트 시술은 10배의 이윤을 발생시키고 광대한 시장을 가지고 있어 암이 주류의사의 가장 큰 수입원이듯이, 임플란트는 치과의사의 가장 큰 수입원이다. 생명체의 일부인 치아를 강제로 제거해 면역체계를 흔들면서 금속장치로 증상만 덮으려는 치과치료도 현대의학의 모든 치료행위와 함께 원점부터 다시 검토해야 한다.

임플란트가 우리나라에 도입되기 시작한 직후부터 임플란트 수술 전에 시행하는 X-선 촬영으로 인한 방사선노출 위험, 마취제의 부작용으로 일어날 수 있는 신경 또는 근육의 마비, 그리고 외부 이물질의 삽입에 따르는 미생물의 감염 등이 원인이 되고 있다. 그리고 임플란트 시술 후에 발생하는 염증, 통증, 나사풀림, 감각마비 등의 부작용이 드러나면서 환자들을 고통스럽게 하고 있다. 그러나 현대의학이라는 신흥종교에 대한 맹신과 치과협회의 선전에 환자들의 고통은 묻혀 졌고, 결국 임플란트 시술은 하나의 커다란 유행이 되고 있다. 요즘은 부작용이 심하다는 사실이 알려지면서 임플란트 수술을 꺼리는 환자가 늘어나자 나노플란트로 대체하고 있다. 나노입자로 만든 임플란트를 나노입자로 만든 물의 압력을 이용

해 시술하는 방법이다. 그러나 나노입자는 바늘모양을 하면서 자연의 물질보다 수만 배 작기 때문에 인간이 통제하기 힘든 극미립 분자다. 나노입자는 쉽게 입안으로 방출되어 폐, 간, 신장, 심장, 혈관, 뇌 등에 침투할 위험이 크고 한번 침투하면 제거가 불가능하기 때문에 치명적인 물질로 문제되고 있다.

반면 아말감과 비슷한 기능을 하는 레진의 경우도 문제를 일으키고 있다. 레진은 유리, 플라스틱⑬ 등으로 이뤄져 있기 때문에 플라스틱과 함께 비스페놀A가 함유돼 있다. 비스페놀A는 체온과 같은 상온에서 녹아나와 지방층에 축적되며 암을 비롯해 각종 질병을 유발하는 환경호르몬이다. 미국 식품의약국(FDA)도 비스페놀A가 암 유발의 원인일 뿐 아니라 성기능장애, 심장질환, 여성의 불임 등을 일으키는 강력한 환경호르몬으로 지적한 바 있다. 그러나 아직까지 미국에서는 발암물질 목록에 포함시키지 않고 있다. 유럽 대부분의 나라와 캐나다에서는 발암물질로 규정해 젖병에는 비스페놀A의 사용을 금지한 상태다. 우리나라도 2008년에 식약청에서 발암물질임을 인정했지만 미국의 압력에 의해 아무런 규제를 하지 않고 있다.

결국 치아뿐만 아니라 전체적으로 질병의 고통을 당하지 않고 건강을 유지하려면 평소에 가능한 한 약과 가공식품 등 합성화학물질을 피해야 한다. 그리고 설령 질병에 걸린 경우에도 가능한 한 합성화학물질로 만들어진 약으로 증상만 잠시 완화시키는 현대의학에 의존하는 것보다는 3만년이라는 긴 세월 동안의 임상실험을 거쳐 안전성이 확인된 천연의 약초와 음식으로 근본 원인을 치료하려는 전통의학에 의존하는 것이 현명하다. 현대의학에서는 부작용이 반드시 따르지만, 전통의학에서는 부작용이 거의 없다. 따라서 현대의학의 처방약으로 치료하게 되면 치아통증은 사라졌어도 곧이어 신부전증이나 고혈압, 심장질환, 당뇨병 등이 나타날 위험이 크다. 마치 주류의사들이 50년 동안 콜레스테롤이 심장마비를 일으킨다며 합성 마가린을 추천한 결과, 콜레스테롤 수치는 내려갔지만 전 세계에서 수많은 사람들이 심장마비와 암, 뇌졸중, 신부전증 등으로 죽어간 사태와 동일하다. 또한 주류의사들이 암의 원인 중 60퍼센트는 담배이고, 30퍼센트는 술과 고기라며 담배와 술, 고기만 피하면 암에서 완전히 해방될 것이라고 했지만, 지금도 암으로 돈과 생명을 빼앗기는 환자들은 급속히 늘어가고 있다.

그리고 임플란트 수술의 특징은 수시로 재수술을 해야 한다는 것이다. 그만큼 임플란트 수술은 디스크수술 만큼이나 잘못된 치료로 그 주된 목적이 치과의사의 탐욕을 채우기 위한 장사에 불과하다. 결코 치과의사에 속아 치아를 함부로 뽑아서는 안 된다. 신체조직은 한번 제거하면 다시 돌이킬 수 없기 때문에 가능한 현명한 판단으로 근본치료를 해야 한다. 게다가 임플란트는 베릴륨, 수은 등 치명적인 중금속이 함유되어 있어서 신장질환, 심장마비, 뇌졸중, 신경조직 파괴 등으로 이어질 위험이 크기 때문에 가장 최후에 선택해야 할 치료다. 부득이 치아를 제거해야 하는 어쩔 수 없는 상황이라도 차라리 치아 없이 생활하는 것이 건강을 유지하는데 중요하다.

제5부. 섹스, 그 아름다움이여!

⑬ 현재 세계 석유생산량의 8퍼센트를 소비하면서 만들어지는 플라스틱은 1869년에 미국의 존 하이엇에 의해 식물에서 추출하는 셀룰로이드를 원료로 해서 생산했다. 이때의 플라스틱은 자연의 재료를 이용했기 때문에 생산과정에서도 독성을 내뿜지 않았고, 사용 후에는 자연에서 썩어 사라졌다. 그러나 1907년에 합성수지인 베이클라이트가 만들어지고, 1913년에 염화비닐, 1933년에 폴리에틸렌이 만들어지면서 합성화학물질로 인한 각종 질병이 급증했다. 합성 플라스틱은 석유에서 추출되는 나프타를 원료로 하며 전 세계에서 매년 3억 톤이 생산되지만 재활용되는 것은 10%에 불과해 플라스틱이 유발하는 생태계파괴는 심각하다. 썩어 자연으로 돌아가려면 450년이 걸린다.

1장. 섹스를 즐기자.

섹스는 인간관계를 친밀하게 엮어주고, 스트레스를 해소해주고 영혼을 정화시켜 맑게 해주며, 이로써 건강을 유지시켜주고 자신의 정체성을 확인시켜 주는 가장 아름다운 행위다. 따라서 섹스는 정서적 감정이 통하는 파트너와 이뤄져야 한다. 휴식, 식사, 오락 등이 삶에서 반드시 필요한 항목이듯이 섹스는 이 모두를 아우르며 건강을 유지하고 삶의 질을 높이는데 가장 중요한 행위다. 사실 섹스는 단지 생식을 위해서만 진화한 것이 아니라 삶의 즐거움을 확보하는 방향으로도 진화해 왔다. 섹스를 생식이 아니라 즐거움을 위해서도 활용하는 동물은 인간뿐이다. 인간은 진화를 거치는 동안 음경의 뼈가 사라지고 해면체에 혈류를 채워 넣는 방법으로 음경을 발기시키도록 진화해 왔다. 이는 육체적으로 불리한 인간이 외부의 공격으로부터 생식기를 감추는 방법으로 생존하는데 좋은 방법이다. 평소에는 혈액을 해면체에서 빼내 음경을 작게 함으로 외부의 공격으로부터 보호할 수 있기 때문이다.

이런 음경의 발기력은 남성의 건강지표계라 할 수 있다. 발기가 잘 안 되는 경우는 전체적으로 건강이 유지되지 않는다는 말이고, 반면에 적절한 상황에서 발기가 잘된다는 것은 전체적으로 건강이 잘 유지된다는 말이다. 음경에 혈액을 공급하고 빼내는 작용은 뇌, 심장, 혈관, 콩팥 등 몸의 전 기관에도 똑같이 작용하기 때문이다. 이런 과정에 가장 중요한 것이 테스토스테론과 에스트로겐이다. 이 같은 성호르몬도 몸과 마음 전체가 건강할 때 정상적으로 조화를 이루며 분비되고 작용한다. 따라서 남성은 발기가 곧 건강과 능력으로 인정되고, 발기불능은 곧 질병과 무능으로 치부되기도 하기 때문에 발기능력은 곧 남성의 자존심으로 판단되기도 한다.

2009년 미국 일리노이대학의 로웰 게츠 등은 여성이 사랑이나 오르가즘을 느낄 때는 옥시토신을 다량 분비하고, 남성이 사랑이나 오르가즘을 느낄 때는 바소프레신을 다량 분비한다는 사실을 동물실험과 인간실험을 통해 확인했다. 이 두 가지 호르몬은 각기 이성에게 강한 애정과 안정감, 양육에 대한 책임감 등을 불러일으키며 엔돌핀, 아세틸콜린, 에스트로겐 등 수십 가지의 호르몬 분비를 자극해 갖가지 질병들을 이겨내게 하고 남성을 더욱 강하고, 여성을 더욱 아름답게 해주는 역할을 한다. 옥시토신과 바소프레신은 면역체계를 강화시키는 데 중요한 기능을 하는 것으로 확인됐다. 따라서 감정이 통하는 파트너와 섹스를 자주하게 되면 이러한 호르몬이 적절하게 분비돼 약해졌던 면역체계를 회복시켜준다. 이러한 호르몬은 인간뿐만 아니라 모든 포유동물에서도 공통적으로 분비되며 인간 사이의 갈등을 해소해주기 때문에 우울증을 치유해주는 것으로 밝혀졌다. 다시 말해 "섹스를 자주 하면 평생 의사를 멀리할 수 있다."는 말이다.[95)]

이러한 사실은 1940년대 독일의 빌헬름 리히에 의해 주창되었는데 그는 "적어도 하루 한번 이상의 성적 흥분이 정신적, 육체적 건강을 유지하는데 최상의 방법"이라고 했다. 그러나 오늘날에는 섹스를 금기시 하는 미국의 청교도 사상이 주류가 되면서 섹스를 권장하는 이러한 주장은 그늘에 가리게 되었지만 최근에 들어 다시 과학적으로 증명되기 시작했다. 즉, 20분간의 즐거운 섹스는 2,500킬로칼로리의 에너지를 소모할 정도의 운동으로 5킬로미터를 달리는 운동에 버금가기 때문에 비만, 당뇨병, 우울증 등을 예방하는데 최상이라고 한다. 그리고 성적 흥분 시 분비되는 엔돌핀 등은 천연의 항우울제로 모든 정신적 질환을 예방해준다. 게다가 성적 흥분은 최상의 진통제 기능을 하기 때문에 모든 질병으로부터 야기되는 통증의 70퍼센트 이상을 경감해준다. 그것뿐만이 아니다. 여성의 골반에 남성의 음경이 삽입되면 골반 내 장기들이 적절한 형태를 유지하는데 도움이 되기 때문에 폐경을 늦추

고 월경 주기를 균형 있게 유지시켜주고, 남성에게는 '남성의 G스폿'이라고 하는 전립선을 건강하게 해주는 기능도 한다. 그리고 남녀 모두에게 성호르몬인 테스토스테론의 균형을 유지시켜 유방암, 골다공증, 심장질환 등을 예방해준다.[96]

비슷한 맥락에서 2003년 오스트레일리아에서는 잦은 자위가 남성들을 전립선암으로부터 보호해 줄 수 있다는 내용의 연구가 발표되었다. 연구진은 전립선암에 걸린 1,079명의 남성과 나이대가 비슷하면서 전립선암에 걸리지 않은 1,259명의 건강한 남성들의 섹스습관을 비교 검토한 결과 자위를 자주하는 남성일수록 전립선암에 걸릴 위험이 3분의 1로 줄어든다는 사실을 밝혀냈다. 정낭과 함께 전립선은 정액 속의 액체 대부분을 만들어내는데 정액 속에는 테스토스테론 등의 천연호르몬을 비롯해 칼륨, 아연, 칼슘, 콜레스테롤 등이 풍부하게 들어있는데 이는 남성이나 여성에게 호르몬을 조절해주는 기능을 하기 때문에 천연의 항암제 기능을 한다. 이 연구는 이전의 청교도식 통설이던 "자위행위를 자주하면 전립선암에 걸릴 위험이 40퍼센트 늘어난다."는 이전의 연구를 뒤엎는 연구였다.[97]

섹스를 즐기면 특히 남성의 경우, 만들어진 정액이 정상적으로 배출됨으로써 신체의 조화를 유지하고 면역체계를 강화시키기 때문에 전립선의 건강을 유지할 수 있다. 섹스를 할 때는 뇌에서 기분을 즐겁게 해주는 엔돌핀과 아세틸콜린이라는 호르몬 등이 충분히 분비되어 혈류를 좋게 해주기 때문에 정신적인 행복감 외에도 신체를 전체적으로 조화롭게 유지해줘 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 각종 암 등을 예방해준다. 게다가 남성의 정액과 여성의 윤활유에는 테스토스테론, 에스트로겐, 프로락틴, 프로스타글란딘 같은 천연 호르몬이 풍부하다. 연구에 의하면 콘돔을 사용하지 않고 섹스를 하는 여성이 우울증도, 자궁암도 훨씬 적게 나타난다고 한다. 그리고 섹스를 즐기는 여성은 월경전증후군도 크게 낮아진다는 사실도 증명되었다.[98] 콘돔은 라텍스라는 합성화학물질로 만들어지고 제조과정에 수십 가지의 합성호르몬을 첨가하기 때문에 유방암, 자궁암, 전립선암 등을 유발시킨다. 게다가 콘돔은 살과 살의 마찰을 차단시켜 섹스의 쾌감을 크게 줄이기도 한다.

사실 남성이나 여성이 젊음을 유지한 채 활기찬 새로움을 유지하는 데는 약과 가공식품을 피하고 채식과 과일위주의 식단을 유지하면서 적절한 운동, 그리고 아름답고 상큼한 로맨스가 필요하다. 이렇게 시작되는 새로운 삶의 즐거움은 여성에게 있어서 노년에 나타나는 폐경이 아니라 출산과 육아를 마치고 새롭게 제3의 삶을 엮어간다는 의미의 완경이다. 새로움과 설렘으로 분비되는 엔돌핀과 아세틸콜린은 부교감신경을 자극해 혈류를 원활하게 해주고 노화로 굳어진 관절, 근육 등을 풀어주고 신체 곳곳에서 일어나는 염증을 완화시켜 심장질환, 당뇨병, 고혈압 등을 예방해준다. 이런 현명한 방법을 택하면 완경 이후에는 약의 부작용으로 나타나는 고통스런 질병 없이 남은 삶을 얼마든지 행복하게 엮어갈 수 있다. 반면 종교나 도덕 감정에 따르는 성에 대한 금기는 성적 흥분을 크게 위축시켜 교감신경을 자극하기 때문에 혈류가 수축되고 성호르몬 분비를 감소시켜 남성에게는 발기부전을 유발하고 여성에게는 질 충혈을 방해해 성적 불능을 유발하기도 한다. 이때 성호르몬이 정상적으로 분비되지 않는다고 해서 합성호르몬으로 치료하게 되면 오히려 정맥혈전증, 각종 암, 심장마비 등이 유발되어 오히려 건강을 더욱 해치게 될 위험이 있다.

이런 이유로 섹스를 금기시 하는 청교도의 영향으로 미국인은 세계에서 성을 가장 적게 즐기는 민족이고, 반면에 암, 심장병, 당뇨병 등 만성질병이 가장 많은 나라다. 물론 미국인이 세계에서 만성질병이 가장 많은 민족이라는 이유가 섹스를 적게 하기 때문만은 아니다. 가장 중요한 사실은 약과 가공식품을 가장 많이 소비하는 데에 주요 원인이 있고, 그 중에

서 섹스를 적게 하는 것도 작은 원인이 될 수 있다는 말이다. 미국식 청교도의 특징은 섹스와 술과 담배에 대한 금기로 표현된다. 따라서 청교도식 연구에 의하면 에이즈와 자궁경부암, 심지어 간암 등이 섹스를 통해 전염되는 질병이라고 주장하지만 많은 연구에 의하면 에이즈는 전염병이 아닌 단순한 암에 불과하고⑭, 자궁경부암 역시 자궁경부암 바이러스(HPV)가 전염시킬 확률은 0.1퍼센트도 되지 않는 것으로 밝혀졌다. 자궁경부암의 주요 원인은 콘돔과 피임약⑮, 질세척제로 알려져 있다. 간염바이러스도 전염되지 않는 것으로 밝혀졌다. 결국 탐욕에 젖은 청교도와 주류의사들의 사기였던 것이다.

남성이 여성을 유혹하는 가장 강력한 요인은 체취를 통한 페로몬의 화학작용이다. 물론 정서적인 유대관계가 전제가 되어야 함은 당연하다. 정서적인 공감대 속에서 느껴지는 페로몬의 향내는 뇌의 사고 및 논리과정을 거치지 않고 감정을 맡고 있는 뇌의 편도체로 직접 전달된다. 때문에 사랑의 감정에는 느낌만으로 결정되고 이성적 판단이 관여하지 않게 되는 것이다. 거기에 호감도를 표시하는 미소는 이성 사이에 다리가 되어주는 가장 아름다운 몸짓이다.

2장. 일산화질소의 신비.

스모그현상과 온난화현상을 일으키기도 하는 등 대기오염의 중요한 원인물질이기도 한 일산화질소(NO)⑯는 독성이 강한 기체로 뇌, 폐, 간, 신장, 생식기, 혈관 등 전체에 영향을 미치기도 한다. 반면 백혈구에서 생성되는 일산화질소는 우리 몸이 바이러스, 박테리아, 기생충 등과 싸우는 데 중요한 역할을 한다. 예컨대 심장에 산소를 공급해주는 관상동맥이 세포 찌꺼기들로 막혀 제 기능을 제대로 하지 못할 때 일산화질소는 재빨리 혈관을 이완시켜 산소공급을 원활하게 해주어 혈압을 내리고, 뇌졸중과 동맥경화를 예방하며, 협심증, 심부전증과 같은 심장질환의 위험을 낮추는 등 심혈관계에 중요한 생리작용을 담당하는 물질이다.

그러나 일산화질소는 산소와 같이 유리기를 형성하기 때문에 세포를 손상시키기도 하고, 암 등 각종 질병을 유발시키기도 하며, 노화를 촉진한다. 때문에 천연의 일산화질소는 면역

---

⑭ 필자의 저서인 '그들은 어떻게 권력이 되었는가?' 'Ⅲ부. 2. 에이즈 공포-상상의 질병, 에이즈'에서 자세하게 다루고 있다.

⑮ 특히 DES는 100여개 나라에서 수백만 명의 임신부들이 제2차 세계대전 후의 인구 증가 정책이란 분위기에서 유산방지제로 둔갑해 강제로 복용했다. 태아가 사람의 구조를 갖추기 시작하는 시기인 임신 5주에서 8주 사이에 DES를 복용한 임신부의 경우 수많은 태아가 모체에서 사산했고, 태어난 아기들은 많은 경우가 눈이 없거나, 머리가 붙은 쌍둥이거나 팔 다리가 없는 기형아 또는 중증의 선천성 환자들이 많았다. 그리고 외형상 기형아로 태어나지 않았다 해도 많은 DES 자녀들은 자라면서 자궁암, 유방암, 전립선암, 간암, 류머티스 관절염, 불임, 자궁외 임신 등이 발생해 정상적인 성인으로 자라지 못했다. 이렇게 세계를 암흑으로 몰아넣었던 DES를 제약회사와 주류의사들은 다시 사후피임약으로 승인 받아 1971년부터 판매하고 있다. 우리나라에서 시판 중인 '포스티노', '노레보' 등의 사후피임약도 고농도의 스테로이드 호르몬제인 DES다.

이 약은 10개월분의 경구피임약에 해당하는 합성호르몬제로 기형아출산, 고혈압, 복용 여성의 유방암, 자궁암, 심장마비, 폐질환, 신장질환, 뇌졸중 등의 부작용이 크게 문제되고 있다. 그러나 제약회사의 재정지원을 받은 주류의사들은 "부작용이 전혀 없다."며 거짓 논문들을 통해 압력을 가한 결과 이 같은 치명적인 약이 미국에서는 처방전 없이 누구나 약국에서 구입할 수 있다. 또한 유방암 치료제로 가장 많이 처방되고 있는 타목시펜도 DES의 분자를 변형시켜 새로 특허를 받은 의약품이다. 그리고 유럽에서 DES와 같은 참사를 불러왔던 탈리도마이드는 나병치료제와 에이즈치료제, 항암제로 현재도 처방되고 있다.

⑯ 일산화질소는 산화질소라고도 하며 산소와 결합하여 독성이 더 강한 이산화질소(NO2)로 변하기도 하고, 물과 반응하여 질산(HNO3)으로 변하기도 하는 데 일산화질소와 이산화질소, 질산은 모두 대기의 온실효과를 유발시키기도 하고, 산성비를 만들기도 한다. 특히 자동차와 발전소에서 내뿜는 이산화질소는 폐암을 유발시키는 등 우리의 폐를 망가뜨리는 주범이다. 그런데 흔히 의약품이나 식품첨가제에 사용하는 일산화질소는 합성화학물질로 산업적으로 암모니아를 900℃에서 산소와 반응시켜 생산하는데 이를 원료로 질산비료와 나일론을 제조한다. 또한 질산의 변형체인 아질산나트륨은 헤모글로빈의 산소, 철과 반응하여 산화하는데, 이 때 선홍색을 띠게 되므로 비타민C와 같이 육류의 방부제와 착색제로 사용하기도 한다.

체계에 의해 체내에서 생성된 후 단 몇 초밖에 머무르지 않는다. 일산화질소의 활성산소 기능을 이용해 합성으로 만들어 가공식품에 사용하는 것이 방부제인 아질산나트륨이다. 그러나 천연의 아질산은 체내에서 바로 배출되지만 합성의 아질산은 오래도록 지방층에 축적되어 여러 가지 질병을 불러온다.

부교감신경이 자극을 받을 때 부신피질에서 분비하는 아세틸콜린이 혈관을 이완시키는 데 가장 큰 역할을 한다면, 두 번째로 중요한 역할을 하는 것이 체내에서 박테리아가 생산하거나 아미노산의 일종인 아르기닌으로부터 뇌와 혈관에서 만들기도 하는 일산화질소다. 아르기닌은 채소나 견과류, 어류 등에 풍부하게 들어있는 천연물질이다. 반면 야채에 풍부한 질산염은 혀에 있는 박테리아에 의해 아질산염으로 변해 위에서 분해된다. 이 때 아질산염으로 분해되면서 혈관내막에서 생성되는 일산화질소가 동맥과 정맥을 이완시키는 작용을 해 발기를 촉진시켜준다. 따라서 야채를 많이 섭취하면 성기능이 강화된다. 그리고 천연의 알코올도 혈관을 이완시켜 혈류를 안정되게 해주기 때문에 발기를 순조롭게 해준다. 그러나 지나친 음주는 혈관을 지속적으로 이완시키기 때문에 발기상태가 오래가지 못하게 된다. 따라서 적절한 음주는 건강에도 좋을뿐더러 섹스를 즐기는 데도 필요하다.

일반적으로 질소산화물을 근육강화 보충제로 복용하는 경우가 있으나 보충제는 천연이 아니므로 부작용이 크게 나타날 수 있다. 흔히 야채나 과일에는 일산화질소가 풍부하지만 현대의 속성재배 농법에 의해 광합성작용이 충분히 일어나지 못해 질소가 완전히 단백질로 변하지 못하고 치명적인 부작용을 일으킬 수도 있는 질산염으로 남아있는 경우도 있다. 반면 나이가 들면서 인체에는 일산화질소 생성능력이 자연스럽게 떨어진다. 이런 결과로 심혈관 질환, 신부전증 등 각종 질병이 생길 위험성이 커지고 발기능력이 떨어지는 것도 당연하다. 따라서 면역체계를 강화시켜 일산화질소를 생성하는 기능을 높여주는 것이 필요하다.

폭탄의 원료로 사용하는 니트로글리세린(아질산)은 두통과 안면홍조, 소변량 증가 등을 일으키기도 하지만 반면에 혈관을 이완시켜 혈압을 낮추고, 가슴의 통증을 없애주기도 하기 때문에 심장병 치료제로도 쓰인다. 일산화질소로 이뤄진 니트로글리세린을 소량 사용하게 되면 발기를 도와주는 약제가 된다. 마찬가지로 대량살상무기로 개발된 보톡스⑰는 주름을 없애주는 기능을 하면서 남녀의 섹스를 어필해주는 약제로 사용되고 있다. 그러나 보톡스는 강력한 독소를 생성하는 세균이므로 임신부는 절대 금해야 한다.

바다의 굴에 풍부하게 들어있는 아연이나 채소에 풍부하게 들어있는 셀레늄 같은 미량원소들은 남성의 성기능을 강화시켜주는 데 필수적이다. 그러나 이러한 미량 원소는 말 그대로 미량만 필요한 것이어서 조금만 넘쳐도 치명적인 부작용을 일으키게 된다. 따라서 굴이나 채소 등 음식으로 섭취해야 조화를 이루게 되므로 보충제로 별도로 섭취하는 것은 오히려 위험하다. 그러나 사실 남성이나 여성의 성기능도 전체적인 건강의 한 모습이므로 아연이나 셀레늄만이 필요한 것은 아니다. 지방, 단백질, 탄수화물, 알코올 등 다량영양소뿐만 아니라 각종 비타민, 효소, 미네랄 등 생명체를 건강하게 유지시켜 주는 자연의 모든 물질

⑰ 보톡스는 보톨리누스균(BTX)이라는 강력한 세균이 만들어 내는 독소로 100만분의 1g만 마셔도 폐가 파괴돼 즉사한다. 주름을 펴거나 턱의 괄약근을 줄일 때 사용하는 보톡스 독소는 10억분의 1g으로 희석해 사용하며, 이렇게 희석된 독소는 피부 밑에서 주름을 만드는 신경전달물질인 아세틸콜린의 분비를 막아 정상적인 신경을 마비시키는 작용을 한다. 이 약제는 처음 근육이 수축되는 경련 증세를 보이는 환자를 치료하는 하는 데 쓰일 목적으로 FDA에 승인을 받았지만 의사들이 주름을 펴는 약으로도 사용하고 있다. 이를 오프 라벨이라고 하는데 의사들에게는 모든 약을 모든 증상에 이용할 수 있는 권한이 인정되고 있다. 그러나 보톡스의 약효는 3~4개월 밖에 유지되지 않기 때문에 주기적으로 계속 보톡스를 주입해야 하며 장기적으로 사용하면 다른 근육까지 마비되는 부작용이 보고되고 있다.

이 조화롭게 필요하다. 특히 천연의 유제품이나 단백질의 일종인 메탈로티오네인은 아연이나 구리, 크롬 등과 결합해 인체에서 수은, 납, 카드뮴 등의 중금속을 배출시키는 작용을 한다. 따라서 평소에 약과 가공식품을 피하고 골고루 필요한 물질들을 자연의 신선한 음식으로 섭취하려는 자세가 필요하다. 자연의 음식에는 모든 물질이 조화를 이루며 갖춰져 있기 때문이다.

3장. 비아그라?

당뇨병환자, 고혈압환자 또는 우울증환자 가운데 약물치료를 안 받고 있는 사람보다 약물치료를 받고 있는 사람에게서 발기불능과 오르가즘 약화 현상이 더 잘 나타난다. 역시 심장질환자 중에도 약물치료를 안 받는 사람들보다 약물치료를 받는 사람들 중에 발기불능과 오르가즘 약화 현상이 더 크게 나타난다. 약의 부작용 때문이다. 반면 심장질환자들에게 혈중농도를 유지시켜주는 기능을 하는 강심제 디곡신은 그 부작용으로 지속발기증이 나타나기도 한다. 지속발기증은 발기상태가 너무 오래도록 지속되어 고통스러운 증상으로 응급실을 찾아가 치료하는 상황도 자주 있다.[99] 두통제부터 항암제까지 모든 약의 공통적인 부작용은 성기능약화다.

섹스는 삶의 가장 중요한 활력소이고, 건강을 지켜주는 원천이기 때문에 정서적으로 교감이 통하는 파트너라면 언제든지 섹스를 즐기는 것이 정신적으로도 육체적으로도 좋다. 그러나 남성의 경우는 언제나 섹스를 즐길 수는 없다. 성적 자극을 받아도 발기가 되지 않으면 섹스는 불가능하기 때문이다. 남성이 수줍음을 탄다던지, 술을 많이 마셨던지, 육체적으로 피로하다든지 할 때는 발기가 정상적으로 이뤄지지 않는다. 이 때 사용할 수 있는 것이 발기부전치료제⑱다. 사실 술은 성적 욕구를 자극하고 수치심을 억제해주기 때문에 섹스를 더 즐겁게 해주지만 지나친 음주는 혈관을 계속해서 이완시켜 주어 발기가 지속되지 못하게 되는 단점을 안고 있다. 이럴 때 비상으로 사용하는 비아그라 등 발기촉진제는 그 효과가 분자수준에서 나타나기 때문에 당뇨병, 고혈압, 신부전증 등 질병에 의한 경우나 전립선수술 등에 의한 경우에도 정상적으로 발기시켜준다.

그러나 이것은 합성화학물질로 이뤄진 약이므로 자주 복용하면 심장마비, 뇌졸중, 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 시력상실 등 치명적인 부작용을 일으키기 때문에 꼭 섹스를 즐길 만한 욕망이 강하게 일어날 때만 비상용으로 소량 사용해야 한다. 다만 발기촉진제는 말 그대로 발기만을 촉진시켜 주는 것이고 성욕을 촉진시켜 주는 것은 아니다. 따라서 발기촉진제는 다른 사유로 성적 흥분이 있어야만 제 기능을 하게 되고 사정이 끝나는 등 성적 흥분이 사라지면 곧 발기는 사라지고 음경은 원상태로 돌아간다. 그러나 합성화학물질에 의해 이뤄지는 혈관이완은 신체의 자연적인 현상이 아니어서 장기적으로는 오히려 혈관의 탄력성을 약화시켜 동맥을 굳게 하는 동맥혈관협착증을 유발하는 것으로 알려져 있다. 비아그라나 시알리스, 레비트라의 활성성분인 합성화학물질 포스포디에스테라제-5(PDE-5)는 음경으로 가는 혈관을 인위적으로 확장시켜 발기를 촉진하는 반면 대부분의 다른 혈관을 축소시키기 때문에 뇌졸중, 심장마비, 간부전증, 실명 등의 부작용이 일어나기도 하며 그 사전반응으로 두통을 일으키는 것으로 밝혀졌다.[100] 특히 중요한 사실은 약의 부작용으로 일어난 신경조

⑱ 1980년대에는 고혈압치료제인 페녹시벤즈아민을 발기촉진제로 사용하기 시작한 이래 파프베린, 커버젝트, 알프로스타딜 등의 약물이 출시됐다. 커버젝트는 1995년에 FDA의 승인을 받은 최초의 발기부전치료제로 음경 끝에 주입하는 주사제라는 단점이 있었다. 그 후 1998년에 비아그라는 관상동맥치료제를 임상실험하는 중에 부작용으로 실험자들에게서 발기현상이 일어난다는 사실을 알게 되면서 발기부전치료제로 시판승인을 받았다. 복용제로 개발해 블록버스터로 성장한 비아그라의 특허 기간은 15년으로 2012년에 만료된다.

직 파괴나 성기능약화는 약을 중단해도 회복이 거의 불가능하다는 것이다.

현재 시중에 나와 있는 발기부전치료제로는 화이자사의 비아그라, 쉐링 플로우사의 바소맥스, 엘리 릴리사의 시알리스, 글락소스미스클라인사의 레비트라 등이 있는데 이들은 모두 혈관 근육세포로부터 칼슘 이온을 빠져나오게 해 혈관을 이완시키는 작용을 한다. 남성이 발기하기 위해서는 성적 자극을 받아 음경의 해면세포에 있는 신경말단에서 일산화질소가 분비되고 이에 의해 혈관이 이완되면 혈액이 해면체에 채워지게 되어 발기하게 된다. 그러나 비아그라 등 발기부전치료제를 활용하는 경우에는 음경뿐만 아니라 뇌와 심장, 위, 눈의 혈관도 강제적으로 이완시키기 때문에 부작용으로 두통과 심장마비, 위식도 역류, 눈의 충혈, 설사, 코 막힘, 발기지속, 알레르기 등이 일어나기도 한다. 이 때문에 시판승인 전인 1998년의 3,700명을 상대로 한 임상실험에서 15퍼센트에 해당하는 550여 명이 1년 이상 장기치료를 했고, 그 중에서 69명이 심장마비로 사망했다.[101] 이 후에도 심장마비, 뇌졸중 등으로 인한 사망이나 실명, 고혈압, 폐출혈 등이 계속해서 보고되고 있다.

반면 우리나라, 일본, 중국, 인도, 호주 등에는 전통적으로 내려오는 야관문(비수리라고도 한다)이나 복분자, 산수유, 삼지구엽초 등 남성의 발기능력을 향상시켜주는 천연의 약초들이 많이 있다. 이런 약초들은 합성화학물질이 아니어서 아무런 부작용을 일으키지 않고 장기적으로 혈전을 제거하고 굳어진 혈관의 탄력성을 회복시켜 주어 발기능력을 복원시켜준다. 뿐만 아니라 당뇨병, 고혈압, 심장병, 뇌졸중 등도 크게 호전시켜주고 간과 신장, 폐 기능도 회복시켜주는 것으로 알려져 있다. 다만 잘못된 과학인 환원주의 입장에 따라 어느 성분이 발기능력과 당뇨병, 고혈압 등을 회복시켜주는 지 특정 성분에 대한 임상실험이 이뤄지지 않았다는 이유로 주류의사들은 이를 비과학적이라고 한다. 그러나 야관문 등이 혈관을 이완시켜주는 까닭은 칼륨, 칼슘, 마그네슘, 비타민, 퀴스틴, 탄닌, 바이텍신 등 여러 가지 성분이 상호작용을 하기 때문이지 어느 한 가지 성분 때문이 아니다. 따라서 많은 제약회사가 야관문 등에서 어느 특정 성분을 추출해 정력제로 만들어 판매하고 있지만 이는 화학처리하여 특정 성분만을 추출해 만든 약으로 이를 복용하면 독으로 작용하고 약으로는 전혀 가치가 없다. 천연의 약초는 차로 우려내거나 술로 발효시켜 모든 성분을 조화롭게 섭취해야 건강을 지켜주는 효능을 발휘한다.

4장. 폐경은 정상적인 삶의 과정이다.

제약회사와 주류의사들은 “여성의 성욕 감퇴는 성 호르몬인 테스토스테론이 부족해서 생기는 질병이므로 약으로 치료할 수 있다.”고 한다. 그래서 그들이 붙인 질병명이 ‘여성 성기능장애’다. 그러나 여성이든 남성이든 대부분의 성기능장애는 노화와 약물 부작용으로 일어난다. 따라서 고혈압환자의 경우 고혈압을 의사를 통해 치료하는 사람이 치료하지 않는 사람보다 성기능 장애를 겪는 비율이 월등히 높다. 우울증을 치료하기 위해 프로작이나 팍실을 복용하는 환자들도 거의 절반에게서 성기능 장애 증세가 나타난다. 약을 복용하는 사람은 젊어서부터 성기능장애가 나타나지만 건강한 사람들이 나이가 들면서 성기능이 약해지는 것은 자연스런 현상이다. 여성에게서 나이가 들면서 폐경(완경)현상이 나타나고 성기능이 약해지는 것도 자연스런 노화과정이지 질병이 아니다.

여성의 젊음과 아름다움을 앗아간다는 폐경은 에스트로겐이라는 여성호르몬의 생산이 감소하면서 나타나는 현상이다. 에스트로겐은 신체의 모든 부분에 영향을 주어 월경주기, 임신과 출산 주기 등의 생식능력의 시작과 끝을 조절한다. 프로게스테론은 에스트로겐과 서로 시소게임을 하며 에스트로겐을 조절해 준다. 인체에서 자연적인 주기에 맞춰 생성되는 천연

호르몬은 인위적으로 조절할 수 있는 게 아니다. 나이가 드는 것과 조화를 이루며 호르몬은 자연적으로 조절된다. 인체 조화를 통해 호르몬이 필요 없기 때문에 호르몬을 생성하지 않을 때 인위적으로 합성호르몬을 투여하면 곧 바로 환경호르몬으로 작용해 유방암, 자궁암에 걸릴 위험은 크게 늘어난다. 따라서 여성이 섹스를 하기 위해 합성윤활제나 합성호르몬제를 질 주위에 바르거나 복용하는 것은 호르몬의 조화를 깨뜨리게 되어 치명적인 위험을 불러올 수 있다.

그러나 천연호르몬이나 음식 속에 들어있는 천연의 에스트로겐은 인체에 아무런 부작용을 일으키지 않는다. 주로 채식을 하는 문화에서는 골다공증, 유방암, 안면홍조, 우울증 등 폐경 증상의 빈도가 낮게 나타나는데 그 이유는 야채, 과일 등에 풍부하게 들어있는 피토에스트로겐이 부족한 에스트로겐의 작용을 보완해 주기 때문이다. 콩이나 인삼, 성요한초 등 천연의 물질로 실시한 세계 각국의 여러 가지 임상실험에서도 이러한 결과는 동일하게 나타난다. 그러나 콩이나 아마씨 등이 폐경증상을 줄이는데 효과적이라고 해서 콩에서 이소플라본을 별도로 추출하거나 아마씨에서 리그닌을 별도로 추출해 섭취하는 것은 좋지 않다.

천연의 음식이 건강을 지켜주는 까닭은 음식 속에 들어있는 여러 가지 성분이 상호작용을 일으키기 때문이지 어떤 한 가지 성분이 별도로 독립적인 작용을 하는 것은 아니기 때문이다. 그리고 건강식품이나 영양보충제 등은 음식에서 특정 성분을 추출하는 과정에서 화학처리를 하게 되고 또한 상품가치를 높이기 위해 방부제, 착색제, 향미제, 보존제 등 수십 가지의 합성화학물질을 첨가한다. 합성 에스트로겐과 합성 프로게스테론은 치명적인 부작용을 유발하는 스테로이드 호르몬이다. 특히 합성 에스트로겐은 호르몬 작용을 모방하는 환경호르몬과 쉽게 결합하기 때문에 합성화학물질이 체내에 들어오면 이를 혼동해 수용체에서 쉽게 받아들인다. 그 결과 각종 암, 심장병, 뇌졸중 등 치명적인 질병의 발병가능성을 크게 높인다. 합성 에스트로겐은 혈액을 서서히 응고시켜 다리나 폐, 뇌에 혈액의 찌꺼기가 혈관을 막는 색전증을 유발시켜 뇌졸중이나 심장마비를 일으킬 위험이 커진다.

2007년 옥스퍼드 대학의 발레리 베랄 교수의 연구에 의하면 1991년부터 2005년 사이에 폐경을 치료하기 위해 합성호르몬을 처방받은 948,576명의 여성 중 1,000명 이상이 난소암, 유방암, 자궁암 등으로 사망했다고 한다. 그는 호르몬치료를 한 여성이 호르몬치료를 하지 않은 여성에 비해 암이 발병할 가능성이 63퍼센트 높다고 한다. 또한 2009년 캘리포니아 대학의 연구에 의하면, 호르몬치료를 받은 여성들을 대상으로 8년간 추적 조사한 결과 난소암, 유방암, 뇌졸중, 심장병뿐만 아니라 폐암의 위험성도 크게 높이는 것으로 나타났다. 반면 합성호르몬 치료를 받은 환자들에게 젊음이나 성기능이 회복된 경우는 전혀 없다고 한다.[102]

이제 우리는 신체적인 노후 현상으로 나타나는 성욕감퇴, 안면홍조, 시력감퇴 등의 증상을 노후로 인한 자연스런 현상으로 받아들이고 식이요법 등으로 치유할 것인지, 아니면 유방암, 전립선암, 뇌졸중, 심장마비 등의 치명적인 부작용과 경제적 손실을 감수하면서 합성호르몬으로 치료할 것인지 현명하게 선택해야 할 때다.

5장. 악순환

주류의사들은 또한 부신에서 콜레스테롤을 원료로 합성되고, 에스트로겐과 테스토스테론의 전구물질로 작용하는 호르몬인 DHEA를 20대 젊은이의 정력을 회복시켜주는 최고의 노화방지제로 권장한다. DHEA는 부신과 두뇌, 난소 등에서 생성되는 천연의 스테로이드 호르몬의 일종으로 나이가 들어감에 따라 분비량이 줄어든다. 그러나 1999년 DHEA에 대해 임

상실험을 하고 발표한 21건의 연구논문 전체는 이 호르몬을 외부에서 투여하면 정력을 되찾아주는 효력은 전혀 없고 오히려 치명적인 부작용이 일어날 수 있음을 경고했다. 특히 보조제로 섭취하는 이 호르몬은 합성호르몬으로 여성에게는 유방암과 난소암을, 남성에게는 탈모와 전립선암을 크게 유발시키는 것으로 확인됐다. 한 연구에 의하면 젊음을 회복시켜준다는 DHEA 호르몬 처방을 받은 사람들에게서는 단기적으로 발기력 향상, 콜레스테롤 수치 유지 등의 긍정적인 효과가 나타나기도 했지만, 장기적으로는 피로, 두통, 심장발작, 불규칙한 생리, 불면증, 혈전 등의 부작용이 일반적으로 나타나 오히려 노화를 가속시키는 것으로 밝혀졌다고 한다.[103] 그 후에 나타나는 대부분의 연구에서도 이와 비슷한 결과가 확인되면서 결국 캐나다, 호주, 유럽연합 등에서는 합성호르몬의 위험성이 널리 알려지면서 DHEA를 포함해 합성호르몬을 엄격히 제한하고 있지만, 영양업계의 로비에 무릎 꿇은 미국이나 미국의 압력에 무릎 꿇은 우리나라에서는 건강보조식품으로 분류해 누구나 어디서든지 쉽게 구입할 수 있다.

호르몬치료와 관련하여 미국 여성건강협회(WHI)는 합성 호르몬치료가 여성에게 미치는 영향을 장기에 걸쳐 연구하다가 유방암, 심혈관계 질환 발생 위험을 높이는 부작용이 심하게 나타나자 2002년 임상실험을 조기에 중단했다⑲. 중단할 때까지의 결과에 의하면 합성호르몬을 처방받은 여성이 그렇지 않은 여성에 비해 유방암 발생률이 약 27퍼센트, 뇌졸중은 41퍼센트, 심장질환 29퍼센트, 폐혈전 2배, 간경화 3배 증가했다. 의사들이 호르몬대체요법을 권할 때 강조하는 것이 노령에 심장마비를 예방해 준다는 것인데도 오히려 심장질환은 29퍼센트나 증가했다. 이 실험으로 합성호르몬인 에스트로겐은 혈액을 응고시키는 작용을 한다는 사실도 밝혀졌다.[104]

1950년대부터 주류의사들의 거짓 논문으로 많은 사람들은 콜테스테롤이 심장질병의 주원인으로 믿고 전 세계 수천만 명이 콜레스테롤 저하제를 복용했다. 그러나 그들은 심장질병을 치료하지 못한 채 면역체계가 무너지면서 수많은 사람들이 조기에 사망했다. 주류의사들의 무지와 탐욕 때문에 돈 잃고, 생명 잃고... 사실 콜레스테롤은 남성 정액의 주요 성분이 되는 성호르몬이다. 당연히 콜레스테롤 저하제를 복용하면 성호르몬 분비가 줄게 되고, 따라서 정액의 생산량이 줄어 정상적인 섹스를 즐길 수가 없게 된다. 게다가 콜레스테롤 저하제를 비롯해 혈압 저하제, 관절염 치료제 등 모든 의약품은 합성화학물질로 만들어졌기 때문에 면역체계를 무너뜨려 혈관의 탄력성을 빼앗아 굳게 한다. 그 결과로 나타나는 부작용의 하나가 혈류의 흐름이 나빠져 발기가 정상대로 되지 않는 현상, 즉 발기부전이다. 발기부전은 대부분이 약의 부작용으로 나타나는 현상이다. 이 때문에 의사들은 다시 발기부전 치료제인 비아그라를 처방한다. 그러면 비아그라의 부작용으로 심장질병이나 고혈압, 당뇨병 등은 더 악화된다. 악순환의 연속이다.

그리고 남성의 노화된 체세포를 다시 회복시켜주고, 혈류를 좋게 해 성기능을 개선시켜주며, 이마의 주름을 펴주고, 피로를 풀어주어 젊음을 되찾게 해준다는 합성 비타민B3는 아무런 효능을 발휘하지 못한다. 합성 비타민B3는 담배에 들어 있는 니코틴산아미드를 석유에서 추출해낸 타르에서 분자구조를 바꿔 대량 생산하는 합성화학물질로 오히려 신부전증,

⑲ 1991년부터 40개 의료센터에서 161,000명의 갱년기 여성을 상대로 실시한 가장 규모가 크고 과학적인 임상실험이다. 2011년까지를 연구기간으로 잡았으나 그 결과는 제약회사와 주류의사들의 주장과는 달리 호르몬대체요법의 부작용이 너무 커서 중도인 2002년에 중단했다. 이 실험을 중단한 후에도 연구진은 대상 여성들을 추적 조사한 결과 호르몬제를 복용하다가 중단한 경우에도 1)유방암에 걸릴 위험은 27퍼센트, 2)다른 암에 걸릴 확률은 24퍼센트 높았고, 반면 3)대장암과 골절의 위험성은 약을 처음부터 복용하지 않은 여성과 비슷했다. 자궁을 제거한 여성의 경우에는 유방암에 걸릴 위험은 조금 낮았으나 뇌졸중에 걸릴 위험은 훨씬 높았다.

관절염, 암 등 각종 질병만 불러올 위험이 커진다. 때문에 합성 비타민B3가 필요한 경우에는 차라리 흡연을 하는 것이 현명하다. 담배에는 천연의 비타민B3가 풍부하게 들어 있기 때문이다. 젊음을 오래도록 유지하는 가장 좋은 방법은 약과 가공식품을 피하고, 각종 영양소들이 조화롭게 균형을 이루는 신선한 음식을 섭취해 영양 상태를 양호하게 유지해 면역체계를 튼튼하게 하는 방법이다.

6장. 콘돔이 자궁암의 원인이다.

아름다운 섹스를 즐기기 위한 사전 준비로 합성화학물질을 활용하는 것보다는 서로간의 정서적 교류가 가장 중요하다. 특히 여성에게 있어 섹스의 즐거움은 음핵 혈류량이나 테스토스테론의 수치보다는 파트너와의 정서적 교류 즉, 사랑의 감정이 크게 작용한다. 차라리 부작용이 전혀 없는 꽃다발과 성욕을 증진시키는 작용을 하기도 하고 천연의 항산화 작용도 하는 폴리페놀, 플라보노이드 그리고 천연의 발기제인 플라바놀과 테오브로민 등이 듬뿍 들어 있는 고급 초콜릿⑳, 그리고 애정 어린 속삭임이 더 효과적이리라. 게다가 초콜릿, 녹차, 커피, 맥주, 포도주 등에 풍부하게 들어 있는 플라보노이드는 나쁜 콜레스테롤과 혈전을 제거해 혈관을 깨끗하게 유지시켜 주기 때문에 발기능력을 증진시켜 줄뿐만 아니라 심장질환과 고혈압, 뇌졸중도 예방해주고 또한 엔돌핀 분비를 촉진하는 살솔리놀도 풍부하게 들어 있다. 그러나 초콜릿에는 방부제, 착색제 등 각종 식품첨가물뿐만 아니라 락티톨① 같은 인공감미료도 첨가되므로 자주 이용하기는 위험하다. 한편 남성의 정액에는 테스토스테론, 에스트로겐, 프로락틴, 프로스타글란딘 같은 천연 호르몬이 풍부하다.[105)]

콘돔을 사용하지 않으면 섹스의 즐거움을 충분히 느낄 수 있을 뿐만 아니라 자궁암, 전립선암 등도 예방할 수 있다. 서로 간에 천연의 남성호르몬과 여성호르몬을 받아들이게 되기도 하지만 콘돔에 첨가되는 살정제(살균제의 일종)②, 윤활제, 마취제 등의 각종 합성화학물질을 피할 수 있기 때문이다. 콘돔은 질 세척제, 탐폰(삽입형 생리대)③과 함께 자궁암의

⑳ 우리나라에서 콩을 발효시켜 만드는 된장, 고추장, 두부, 간장 같이, 초콜릿은 카카오 콩을 발효시켜 만드는데 콩 단백질이 발효되는 과정에서 엑졸핀이라는 엔돌핀과 유사한 물질이 생성돼 이것이 뇌신경을 자극하면서 기분을 좋게 한다. 카카오 콩 발효물질에 각종 응고제, 감미제, 착색제, 향미제 등을 첨가하면 초콜릿이 된다.

① 초콜릿 제품에 많이 첨가되는 인공감미료 락티톨은 치즈, 요구르트 등 유제품 제조 시 폐기물로 나오는 락토스에 중금속인 니켈로 수소기체를 첨가시켜 대량 생산한다. 반면 락티톨은 합성화학물질이어서 체내에서 소화시키지 못하기 때문에 체내의 좋은 박테리아를 죽이거나 독성이 강한 나쁜 박테리아로 변환시켜 가스팽창, 복통, 설사, 위장장애, 간부전증 등을 일으키고 면역체계를 무너뜨린다. 제약회사는 설사 등의 부작용이 나오는 현상을 이용해 변비치료제, 비만치료제 등의 의약품으로도 판매한다. 역시 니켈로 수소를 첨가하여 만드는 합성화학물질로는 글루코스를 소르비톨로, 말토스는 말티톨로, 만노스는 말티톨로, 자일로스는 자일리톨로 변환시켜 무설탕 껌, 아이스크림, 사탕, 과자, 화장품, 의약품 등을 만드는데 사용한다.

② 살정제로 사용하는 노녹시놀-9은 세제의 원료로 쓰이며, 정자를 죽이고 임질균 등을 죽이는 작용을 한다. 그러나 이 물질은 독성이 강해 체내로 흡수되면 정상적인 세포를 파괴하거나 변형시켜 자궁암, 고환암 등의 원인이 되는 것으로 알려져 있다. 그리고 성기가 가렵거나, 통증이 느껴지거나, 화끈거리거나, 부풀게 하거나, 또는 호흡곤란 등의 알레르기 증상을 일으키기도 한다. 최근의 연구에서도 노녹시놀-9이 질벽을 녹여 오히려 매독균이나 임질균의 침투를 용이하게 하는 부작용이 큰 것으로 밝혀져 시민단체나 세계보건기구 등이 노녹시놀-9의 사용을 중단할 것을 촉구하고 있다. 그리고 콘돔의 원료인 라텍스나 폴리우레탄도 발암과 알레르기를 유발하는 물질로 알려져 있다. 또한 사정지연을 위해 칠하는 벤조카인 등 마취제도 치명적인 발암물질로 확인되고 있다.

③ 1979년부터 프록터 앤드 갬블사는 폴리아크릴레이트라는 합섬 섬유를 이용해 만든 탐폰을 판매하기 시작했다. 그러자 그 다음해인 1980년부터 탐폰을 사용하는 여성의 질속에 포도상구균이 정상인에 비해 수십 배에 달할 정도로 증가하기 시작하면서 열, 구토, 설사, 현기증을 유발하는 독소 쇼크 증후군을 일으키기 시작하면서 수십 명의 생명을 앗아가기도 해 결국 폴리아크릴레이트의 사용이 금지됐다. 현재는 주로 레이온이란 합성섬유를 사용한다. 문제는 합성섬유 이외에 표백제, 살균제, 방부제 등 각종 화학첨가물이 다량 혼입되어 이들

주요 원인으로 알려져 있다. 일반적으로 에이즈나 매독 등 각종 성병을 예방하기 위한 조치로 주류의사들은 콘돔 사용을 권장하지만 에이즈는 실제로 존재하지 않는 상상의 질병임이 밝혀졌고, 각종 성병은 면역체계가 정상인 한 항생제로 쉽게 치료할 수 있다. 청교도 문화권에서 가장 비도덕적인 행위로 생각하는 혼외임신은 자연적인 생리주기나 체외사정을 통해 해결하는 것이 콘돔을 사용하는 경우보다 더 현명하다.[106)]

또한 각 사람의 목소리가 다르듯, 각 사람의 땀에서 느껴지는 체취는 서로 다르다. 체취는 이성을 유혹하는 향기인 페르몬이다. 이것은 마치 아기가 엄마를 체취로 구별해 내는 것과 마찬가지다. 그런데 중요한 것은 면역체계가 튼튼할 때 체취, 즉 페로몬도 더욱 향기롭다는 것이다. 페로몬의 특징을 규정하는 뇌하수체라는 중앙 관제 센터가 성호르몬인 에스트로겐, 테스토스테론, 프로게스테론을 조절함으로 남녀를 구별 짓게 하고 각각의 체취를 다르게 하는 중요한 면역계다. 사람은 이렇게 서로 다른 냄새를 지니고 있고, 또한 이를 감지해낼 수 있기 때문에 데카르트를 비롯해 근세의 많은 사람들은 뇌하수체에 영혼이 존재한다고 믿었고, 보들레르는 이 에로틱한 냄새 속에 영혼이 존재한다고 믿었다. 많은 연구에 의하면 페로몬 향기는 강력해서 먼 거리에서도 느낄 수 있고, 향기에 대한 기억도 시각이나 청각에 비해 훨씬 오래 간다고 한다.

7장. 남성의 정액량이 줄고 있다.

모든 천연의 영양소가 몸속의 박테리아, 기생충 등과 원만한 상호작용을 이루며 면역력을 증가시키면 모든 성적 시스템은 제 기능을 다 발휘하면서 삶을 즐겁게 엮어갈 수 있다. 그러기 위해서는 가장 중요한 사실이 약과 가공식품 등을 피하고 야채와 과일 위주의 식단을 꾸려 몸의 자연스런 조화를 유지시키는 것이다. 그러나 우리를 서글프게 하는 사실은 젊을수록 정자수도 적고, 발기력도 약하며 불임환자도 늘어난다는 사실이다. 이에 대해 주류의사들은 술과 담배, 그리고 섹스 파트너수의 증가로 그 원인을 돌리려고 하지만, 그것은 암의 원인을 술과 담배로, 심장질병의 원인을 콜레스테롤로 돌리려는 관심돌리기 전략과 동일한 정치 이데올로기이지 의학이 아니다. 술은 수만 년 전부터 인류의 조상이 즐겨온 음식이고, 1950년대까지는 지금의 3배에 달하는 인구가 담배를 즐겼지만 정자수와 발기력은 지금보다 우수했다. 남성과 여성의 생식력이 낮아지는 사실은 많은 양심적인 학자들에 의해 점점 늘어나는 약과 가공식품으로 인한 합성화학물질이 원인으로 밝혀지고 있다.

1992년 9월, 덴마크의 닐스 스카케벡 교수는 유럽, 아시아, 오스트레일리아, 아프리카 등 20개국에서 발표되었던 논문을 근거로 15,000명의 남성 정자수의 변화를 추적한 결과를 발표했다. 그에 의하면 1940년에는 남성의 경우 정액 1밀리리터 당 정자수가 1억 1,300만 마리에서 1990년에는 6,600만 마리로 42퍼센트 감소하고, 사정된 정액량도 25퍼센트 감소해 결국 전체 정자수가 50퍼센트 이하로 감소했다고 한다. 그리고 고환도 작아지고 있으며 발기력도 점점 약해지고 있다고 한다. 이러한 원인은 의약품, 가공식품, 대기오염 등을 통해 흡수되는 합성화학물질이 원인이라고 지적했다. 생리학자들은 보통 1밀리리터 당 5천만 마리 이하면 임신이 불가능하다고 본다. 많은 연구에 의하면 환경호르몬이 가장 크게 영향을 미치는 부분이 생식능력이라고 한다.[107)] 이제 남성들은 점점 씨 없는 수박이 되어 가고 있다.

그러자 ACSH와 TASSC, 하버드 독성감시센터 등에 속한 주류의사들은 연일 반대 의견

첨가물의 상호작용에 의해 다이옥신이 발생하기도 한다. 많은 연구에 의하면 자궁경부암, 난소암, 불임, 유방암, 골반내염증질환 등의 주요 원인이다.

을 내세우며 "여러 번의 연구 결과 정액량이 준다는 결론을 찾을 수 없고, 설마 정액량이 준다고 해도 그 원인은 합성화학물질이 아니고, 술과 담배가 원인이다."는 반대 목소리를 높였고 주류언론들은 이를 아무런 검증절차 없이 대대적으로 보도했다. 그러나 뒤이어 발표된 영국의 연구에서도, 벨기에의 연구에서도, 프랑스의 연구에서도 나중에 태어나는 남성의 정액량과 정자수, 발기력은 꾸준히 줄어들고 있으며, 고환암과 전립선암 등 생식기관련 질환은 꾸준히 늘고 있음을 보여주었다. 이러한 사실은 계속 밝혀진다. 영국 맨체스터대학의 앤드류 포베이 교수는 영국 14개 불임클리닉에 등록된 남성 2,250명을 대상으로 37개월간 연구한 결과를 2012년 옥스퍼드대학 학술지에 발표했다. 이 연구에 의하면 정자수와 정액량은 음주와 흡연 습관, 비만 정도와는 아무런 연관성이 없고 반면 수술, 약, 심한 운동 등이 정자수와 정액량 생산에 부정적인 영향을 미친다는 사실을 확인했다. 이 연구는 '담배와 술이 정력 감퇴의 원인'이라는 청교도식 주류의학의 교리에 배치되는 결과여서 연구진은 논문의 끝에 "이 연구를 빌미로 논쟁하지 않기 바란다."고 당부했다.[108)]

이러한 결과는 수술과 약에 의한 합성화학물질이 면역체계를 무너뜨리기 때문에 당연히 예상할 수 있는 결과이고, 심한 운동 등으로 피로한 상태에서 생식능력이 떨어지는 것도 당연하다. 그러나 술과 담배에도 방부제, 향미제, 방염제, 보존제 등 수십 종의 각종 합성화학물질이 첨가되어 있으므로 과다하게 이용할 때는 부정적인 영향을 미칠 것은 확실하다. 때문에 술과 담배도 적절히 활용하는 것이 현명하다. 참고로 우리가 흔히 즐겨 먹는 보신탕이나 계란에는 천연 지방인 좋은 콜레스테롤(HDL)이 풍부하게 들어있으며 천연의 콜레스테롤은 남성의 정액을 포함해 각종 호르몬을 만드는 중요한 성분이다. 보신탕이나 계란은 아프리카인, 아시아인, 아메리카 원주민, 근세까지의 유럽인, 중동인 등 대부분의 인류가 즐겨먹는 음식이다.

8장. 낮에는 땀으로, 밤에는 뜨거움으로!

동양이나 아프리카와는 달리 서구에서는 남자의 권위를 절대적으로 강조하는 아리스토텔레스 철학과 금욕을 중시하는 플라톤 사상이 서구사회에서 받아들여지면서 여성은 단지 노예와 물건에 불과했다. 그 후 아리스토텔레스와 플라톤의 사상을 바탕으로 한 기독교 금욕주의가 자리 잡으면서 중세 1000년간 출산을 위한 경우를 제외하고 즐기기 위한 섹스는 금기시 된다. 기독교 교리에서는 태초의 인간인 아담이 죄를 지은 후부터 그 원죄는 정자를 통해 후손에게 전해지기 때문에 모든 인간은 죄인이라고 한다. 그러나 예수만을 유일하게 죄 없는 하나님의 아들로 그리기 위해 예수 어머니인 마리아가 동정녀로 평생을 살았다고 해석한다.④ 이후 예수도, 그의 사도인 바울도, 그리고 수많은 신도들이 금욕을 주창하면서 '섹스 없는 부부' 즉 섹스리스 부부는 선망의 대상으로 떠오른다. 장 칼뱅이 완성한 청교도 교리에서도 신을 찬양하기 위해서는 술과 담배와 섹스를 금하라고 한다. 이런 분위기에서 서구인들은 술과 담배를 모든 질병의 원인으로 돌리게 되고, 섹스는 오직 출산을 위해 은밀히 둘만이 나눠야 하는 행위로 치부하며 음지로 밀어 넣는다.[109)] 물론 현실에서는 전혀 다른 모습을 보이지만...

④ 기독교의 경전인 마태복음 13:55, 마가복음 3:31, 누가복음 8:19, 요한복음 2:12, 사도행전 1:14, 고린도전서 9:5, 갈라디아서 1:19, 등 여러 책에서는 마리아에게 예수, 야고보, 요셉, 시몬, 유다 등 여러 명의 아들이 있는 것으로 기록(딸은 기록으로 남지 않음)되어 있다. 그러나 히브리어 성경을 라틴어로 번역해 기독교 성경의 기본이 된 '제롬 성경'에 의하면 "요셉과 마리아의 결혼은 영적인 결혼으로 그들은 평생 순결과 동정을 지켰다. 아들들 역시 영적인 아들들이다."고 주장한 것이 기독교의 교리로 굳어지고 장 칼뱅에 의해 청교도 교리로 승계된다. 지금도 근본주의 기독교에서는 마태복음 19:12의 "... 천국을 위하여 스스로 된 고자도 있도다."라는 구절을 근거로 순결을 최고의 신앙 덕목으로 삼는다.

여성에 비해 강자인 남성이 심리적으로 난폭해진 까닭은 시민권이나 재산소유권 등 여성의 모든 지위를 강탈하고 단지 여성을 노예의 신분으로 추락시킨 후 섹스(오로지 출산을 위한 섹스)의 대상으로만 취급하면서 시작된다. 여성을 노예로 만들긴 했지만 다른 노예나 물건과는 달리 남성에게 반드시 필요하다(섹스와 출산, 육아 때문)는 이중적인 판단은 남성을 심리적으로 불안하게 했고, 결국 그 불안감을 잊기 위해 남성은 폭력, 학대, 전쟁 등을 선호하게 된다. 특히 현대에 와서 여성의 지위가 급속도로 높아지자 정체성을 잃은 남성의 불안은 한층 더 커지면서 폭력성은 더욱 커졌다.

그러나 기독교를 제외한 전 세계 모든 종교, 예컨대 힌두교나 불교, 이슬람교, 아프리카 각 종교, 아메리카 원주민 종교 등은 모두 섹스를 찬양하고 권장한다. 특히 힌두교와 이슬람교⑤에서는 섹스를 권장한다. 정욕이 병이라면 섹스는 치료제라는 관념으로... 따라서 섹스를 권장하는 힌두교나 이슬람 문화권에서는 성범죄가 거의 없다. 공식적으로 853개 문화권 중 136개 문화권만이 법제상 일부일처제를 따르고 나머지 문화권에서는 일부다처제 또는 다부다처제를 따른다. 그러나 이런 문화권에서도 귀족이나 부호를 제외하고 대부분의 남성이나 여성은 일부일처제를 따르고 특히 여성은 99.5퍼센트의 문화권에서 일부일처제를 따른다.[110]

대부분의 사람들이 일부일처제를 선호한다고 해서 섹스가 일대 일로만 이뤄진다는 말은 아니다. 산업국가든 농업국가든, 간통이 엄격하게 범죄로 다뤄지는 문화권에서도 배우자 이외의 섹스 상대방은 흔하게 있기 마련이다. 일부일처제로 채워질 수 없는 '섹스의 다양성에 대한 욕망'은 필연적인 본능이기 때문이다. 그러나 서로 사랑의 감정이 느껴지는 섹스를 혼외에서 이룬다 해도 가장 중요한 사실은 결혼으로 인해 이미 만들어진 질서에 혼란을 일으켜서는 안 된다는 것이다. 자녀문제, 인척관계, 재산문제 등 결혼으로 엮어진 질서는 잘 유지해야 하지만 그렇다고 이런 관계들이 삶을 옥죄는 구속이 되어서는 안 된다. 그러기 위해서는 질서가 흔들리지 않는 범위 내에서 슬기롭게 섹스를 즐겨야 한다. 부부라는 제도의 틀 속에서 삶의 즐거움을 잃는 것 보다는 부부 사이의 합의에 의하든, 가정의 틀을 잘 지키면서 은밀히 새로운 즐거움을 찾든, 삶에 변화를 주면서 삶을 행복하게 엮어가는 것이 현명하다.

많은 연구에 의하면 합성화학물질의 부작용으로 동맥이나 심장근육이 굳어져 심장발작을 일으켰던 사람들도 과도하지 않은 범위 내에서는 섹스를 자연스럽게 즐길 수 있다고 한다. 심장이식수술을 하지 않은 보통의 사람이라면 서서히 야채나 과일로 면역체계가 회복되는 속도에 맞춰, 소프트한 섹스를 즐기면 오히려 정신적으로, 육체적으로 더 빠르게 건강이 회복된다.[111] 섹스를 즐길 때 분비되는 엔돌핀이나 아세틸콜린 등 천연의 호르몬은 건강을 가장 크게 지켜주는 만병통치약이기 때문이다.

이런 말이 있다. "판단력이 약한 사람이 결혼을 하고, 인내력이 약한 사람이 이혼을 하며, 기억력이 약한 사람이 재혼을 한다." 결혼이 안정된 가정과 행복한 섹스를 보장해주는 것이 아니라 오히려 구속이 되는 경우를 풍자하는 말이다. 맞는 말이다. 부부라는 틀에는 즐거움만이 아니고 끊임없는 갈등도 동시에 존재하기 때문에 대화와 이해로 슬기롭게 이를 극복해 나가지 않는다면 오히려 결혼이 고통의 굴레가 될 수 있다. 다시 말해 '경직된 사고'

---

⑤ 이슬람은 섹스를 인생에서 가장 큰 즐거움 중의 하나라고 생각한다. 따라서 독신주의에 반대하고, 금욕수도원이 없으며, 거세관행(할례)도 없고, 어떤 형태의 섹스도 허용되기 때문에 변태라는 관념이 없다. 그리고 동성애에 대해서도 관대하다. 심지어 단식하는 중에도 섹스는 허용된다. 나라나 종파마다 조금 다르기는 하지만 대체로 사창가도 양성화되어 폭력조직의 관련을 제한하며 합법적인 '임시결혼허가증'을 받아 자유롭게 이용할 수 있다.

는 결혼생활을 파탄으로 몰고 가는 가장 큰 원인이다. 남녀 사이에 지위나 나이, 학력 등을 벗어나 아무런 조건 없이 순수하게 좋아하는 감정만으로 이뤄지는 섹스는 참으로 아름답고 삶에 큰 활력이 된다. 따라서 건강과 삶의 즐거움을 유지시켜주는 상큼한 섹스는 과도하지 않는 범위 내에서 계속되어야 한다. 일상에 충실하면서 말이다. '낮에는 땀으로, 밤에는 뜨거움으로!'

제6부. 의학의 최대 사기극 - 담배공포의 진실.

1장. 화학무기.

1. 더러운 전쟁.

몬산토, 듀퐁, 로슈, 신젠타 등 화학기업들은 제1차 세계대전과 제2차 세계대전 기타 국지전에서 사용할 화학 독가스를 생산하던 기업들이다. 특히 제2차 세계대전의 규모가 확산되고 전쟁이 길어지자 독일, 영국, 미국, 일본 등은 전쟁의 승리를 위해 본격적으로 독가스 개발 및 생산에 돌입했다. 그러나 미국의 '맨하탄 프로젝트'에 따라 생산된 핵무기로 인해, 더욱 길어질 것으로 예상했던 전쟁은 끝이 났다. 전쟁이 일찍 끝나면서 화학기업들의 창고에는 전쟁에 사용하기 위해 비축해 두었던 독가스 원료들로 가득 넘치게 되었다. 수요가 끝난 독가스의 처리문제는 화학기업들의 골머리였다.

이런 상황에서 몬산토, 듀퐁 등 화학기업들에게 또 한 번의 기회가 왔다. 20세기 '가장 더러운 전쟁'이라고 비난을 받게 될 베트남전쟁이었다. 제2차 세계대전 기간 동안 미국이 쏟아 부은 무기는 700만 톤이었지만, 베트남전쟁에서는 2,000만 톤이 넘었다. 미군 5만 명과 베트남인 110만 명이 사망했고, 부상자는 500만 명이 넘는 끔직한 전쟁이었다. 전쟁 후에 기형아로 태어난 사람만 200만 명이 넘는다. 전쟁에는 증오라는 세뇌된 이데올로기가 작동하므로 백인 국가 간의 전쟁보다 비백인 국가와의, 그리고 비기독교 국가와의 전쟁에는 잔인성이 더 작동하게 마련이다. 게다가 자본주의 대 공산주의 이념이라는 독소까지 합세된 전쟁은 더욱 끔직한 방향으로 진행되었다. 이런 이유로 한국전쟁에서는 미국에 의해 세균무기가 사용되기도 한다.[112] 군사비밀로 오랜 기간 동안 비밀로 묶여 있다가 1998년 공개된 자료에 의하면 세계 최대 화학기업인 몬산토는 1950년부터 미 국방부의 화학전 담당부서와 독가스, 제초제, 살충제의 무기화를 위해 정기적인 접촉을 했음이 밝혀졌다. 맨하탄 프로젝트에 가담했던 찰스 토머스는 후에 몬산토의 최고경영자(1951년~1960년까지)가 되었고, 그가 퇴직하기 직전 에이전트 오렌지(고엽제) 생산을 맡는 계약을 국방부와 체결한다.[113]

독가스뿐만 아니라 전쟁 승리라는 목적으로 개발된 모든 합성화학물질은 영원히 인류의 생존을 바꿔놓았다. 두 번의 세계대전 중에 개발된 대부분의 합성화학물질은 위급상황에서 개발되었기 때문에 안전성에 대한 검토는 전혀 없었다. 오로지 적의 전멸만이 목표였고, 그 목표가 그대로 우리 일상으로 파고들어와 의약품, 식품첨가제, 농약, 건축자재, 장난감, 기계원료 등으로 쓰이면서 생태계를 파괴하고 생명을 위협하고 있다. 그리고 이런 상황을 더욱 부채질한 것은 1980년대부터 휘몰아친 규제완화 정책이었다. 일그러진 자본주의 논리에 젖은 기업가와 그들의 뒤를 따라가며 떡고물을 받아먹는 주류의사들은 생명을 전멸시키는 독가스마저 인체에 해롭지 않다며 상품으로 만들어 팔고 있다. 심지어 갓난아이가 빠는 젖꼭지에까지 독극물인 프탈레이트를 넣고 있다.

제2차 세계대전이 끝나고 소련을 중심으로 한 공산주의 진영과 미국을 중심으로 한 자

본주의 진영이 대립하면서, 미국은 메카시 열풍(빨갱이 사냥)에 따라 공산주의 세력의 확장을 방어한다는 명목으로 모든 수단의 사용을 정당화했다. 마키아벨리가 강조했던 '목적은 수단을 정당화한다.'는 말은 이데올로기 전쟁에서 모든 생각을 덮어버렸다. 1950년에 영국은 말레이시아에서 혁명세력이 경작하는 농작물을 파괴하기 위해 역사상 처음으로 유기염소계 제초제가 공중 살포됐다. 미국도 1962년 1월 13일, 케네디 미 대통령은 렌치핸드(북 베트남지역의 산림과 경작지에 제초제를 살포하는 작전) 작전을 승인했다. 이때 사용된 제초제는 1942년에 처음으로 합성된 물질로 일본의 쌀 재배지를 전멸시키려는 군사적 용도로 사용이 추진되었다가 핵무기계획이 수립되고 한편으로 공중 살포에 따른 후유증을 우려한 일부의 반대로 철회됐던 것인데 이것이 공산주의 전멸이라는 이념과 맞물려 다시 군으로 복귀한 것이다. 1962년부터 1971년까지 330만 헥타르의 밀림과 토양에 살포된 제초제는 8천만 리터에 달하는 양으로, 여기에서 발생하는 다이옥신은 336킬로그램에 달하며, 3천 개가 넘는 마을이 오염되었다.[114]

2. 더러운 전쟁, 그 후!

베트남 전쟁이 끝난 후인 1984년, 오스트레일리아 정부는 베트남전에 참전했던 군인들의 강력한 피해보상요구에 굴복해 고엽제의 폐기물인 다이옥신의 영향을 조사하기 위해 조사위원회를 구성했다. 그러나 이듬해인 1985년에 발표된 보고서에 의하면 "베트남전에 참전했던 군인 중 당시에 사용됐던 화학물질인 고엽제에 포함된 다이옥신으로 인해 고통을 당한 사람은 단 한 명도 없다."고 결론을 내렸다. 그리고 이를 근거로 오스트레일리아 정부는 고엽제 피해자에 대한 보상을 거부했다. 그러나 그 보고서는 몬산토가 주류의사들을 통해 작성한 거짓 자료를 그대로 인용했음이 후에 오스트레일리아의 울런공대학 과학기술과 교수로 재직 중이던 브라이언 마틴에 의해 세상에 드러나게 된다.[115]

마틴 교수에 의해 세상에 드러난 숨은 과정에 의하면 영국 옥스퍼드 대학의 암연구자로 유명한 리차드 돌이 1985년 12월 4일 조사위원회의 위원장인 J. P. 에버트에게 보낸 편지에서 "다이옥신이 암 등 여러 가지 질병의 원인이 될 수 있음을 실험을 통해 밝히고 이를 위원회에 제출했던 레나드 하델의 논문에는 과학적 신빙성이 없습니다. 따라서 그 자료는 더 이상 과학적 증거로 인용되어서는 안 됩니다. 동물실험과 역학조사를 실시한 결과 다이옥신과 살충제인 2,4-D와 2,4,5-T가 암을 유발한다는 사실을 확인할 수 없습니다."라고 주장했다. 당시 몬산토의 적극적인 지원으로 영국과 호주, 미국, 캐나다 등에서 영향력이 컸던 리처드 돌의 주장은 그대로 위원회에 받아들여졌다. 결국 참전 군인들은 아무런 보상도, 치료도 받지 못했다.[116]

그 후 베트남전에 참전했던 미국, 오스트레일리아, 뉴질랜드, 한국 등 4개국 중 우리나라만 빠진 상태로 1984년 3개국 참전군인 24만 명이 미국의 고엽제 제조회사인 몬산토, 듀퐁, 다우 등 6개사를 상대로 미국 법정에 제기한 소송에서 미국 연방법원은 1986년 강제조정으로 2억 4천만 달러의 보상합의로 마무리했다. 그러나 우리나라는 전두환 대통령의 철권통치 당시로, 미국의 입장을 고려해 소송에 참가하는 것과 소송 사실의 언론 보도를 금지시켰다. 그 후 20년이 흐른 후 2006년 우리나라의 고엽제 피해자 1만 7천명도 미국의 몬산토 등을 상대로 우리나라 법원에 소송을 제기했으나 기각되자, 다시 미국 법원에 제소했고 1심법원에서 일부승소하고 항소한 상태에서 2012년 현재까지 소송은 진척되지 않고 있다.[117]

한편 20세기 후반에 들어서면서 대기오염, 수질오염 등 합성화학물질에 의해 희생되는

노동자, 일반주민들이 급증하자 그들은 집단으로 법원에 치료비 등 손해배상을 청구하기 시작했다. 그러나 불법행위법률이 요구하는 '합성화학물질이 질병의 직접적인 원인'이라는 인과관계를 입증하기는 어려웠다. 합성화학물질에 의한 질병 유발은 오랜 시간이 흐르면서 체내에 조금씩 축적되다가 일정 시기가 되면 질병으로 나타나기 때문이다. 오랜 시간이 흐르면서 희생자에게 작용하는 환경적 요인이 다양하기 때문에 어느 것이 직접적인 원인인지 밝혀내기란 거의 불가능하다.

이러한 상황에서 대부분 나라의 법원은 방사능과 합성화학물질에 의한 암, 석면에 의한 중피종, 아스피린 복용으로 인한 라이증후군⑥, 돼지 인플루엔자 백신에 의한 길랭-바래증후군 등 환경이나 의약품에 의한 피해와 같이 인과관계의 입증이 어려운 사건에 대해서는 과학자의 증언에 의한 '개연성', 즉 '관련가능성'으로 입증의 방법을 확대했다. 그러나 과학자들의 증언이 환경소송에서 '개연성'의 결정적인 증거로 받아들여지자 피고의 입장인 기업들에 고용된 주류의사들의 거짓 증언이 난무하기 시작했다. 법정은 실험실도 아니고 신성한 곳도 아니다. 주류의사들에 의해 좋은 과학도 법정에서 자주 유린당하고, 쓰레기 과학도 법정에서 진실이라고 받아들여진다. 게다가 일그러진 자본주의에서 법원마저 돈에 굴복하는 것이 사실이므로 가난한 노동자들과 일반시민들은 거대 화학기업이 고액의 비용으로 고용하는 변호사와 의사, 판사, 검사 앞에 너무도 무력하게 짓이겨졌다.

1994년 아메리칸 페트로피나 사를 비롯해 다른 55개 회사가 노동자 몰래 석면을 사용한 것이 밝혀지면서 폐암 등에 걸린 노동자들이 이들 회사를 상대로 피해배상을 요구하는 소송을 제기했다. 그런데 대법원 판결이 내려지기 2개월 전에 그 재판을 담당했던 라울 곤잘레스 판사는 피고인 회사 측 변호사로부터 선거자금 명목으로 8만 4천 달러의 뇌물을 받았다. 미국은 세계에서 유일하게 뇌물이 합법화되어 있는 나라이고(국세청에 신고하고 그에 따른 세금만 내면 뇌물의 액수나 규모에 상관없이 합법이다), 텍사스는 대법원판사를 주민이 직접 선출하는 주다. 물론 두 달 후에 내려진 판결에서 노동자들은 패소했다.[118]

2장. 승전국의 비밀.

1. 스모그.

1950년대에 들어서면서 제2차 세계대전 당시 대부분의 전장에서 무차별 살포했던 독가스와 합성화학물질에 의한 각종 질병이 인간에게 나타나면서 의료소송이 집중되고 여론이 악화되기 시작하자 몬산토, 듀퐁 등 화학업계는 공황상태에 빠졌다. 이에 그들은 공황상태를 타개하기 위한 방법으로 대중의 관심을 다른 곳으로 돌리려는 전략을 실행한다. 바로 담배였다.

1950년대 영국은 최악의 스모그 현상이 자주 일어나 매년 1만 명 이상이 폐암⑦ 등 각

⑥ 라이증후군은 인플루엔자나 수두 등의 바이러스 감염을 앓는 중 또는 앓고 난 직후에 갑자기 뇌와 간에 병변이 생기고 그에 따라 여러 가지 증상이 생기는 질환을 말한다. 라이증후군은 특히 어린이에게 치명적인 급성뇌염증으로 영구적인 뇌손상이나 사망으로 이어지기도 하기 때문에 영국, 독일 등 유럽에서는 15세 미만의 어린이에게는 아스피린 처방을 금지하고 있다. 그러나 미국이나 우리나라에서는 어린이에게도 미리 심장마비를 예방한다는 명목으로 아스피린을 권장하고, 심지어 어린이용 아스피린까지 처방하고 있다. 특히 아스피린은 뇌출혈이 발생한 사람에게는 출혈과다를 일으킬 수 있어 치명적이다. 1982년 미국 보건복지부, FDA, 미국소아과학회의 공동의견으로 아스피린에 라이증후군 위험성을 경고하는 문구를 첨부하도록 하는 법률안을 제출하려 했지만 규제완화 실무자인 예산관리국 부실장 제임스 토치는 이 법률안을 불 속에 집어넣는다. 결국 4년간 1,470명의 어린이가 아스피린의 부작용인 라이증후군으로 죽어간 후인 1986년에 경고문은 아스피린에 부착된다. 지금도 그는 워싱턴에서 로비스트로 활동하며 화학기업, 제약기업, 식품기업 들을 위해 규제철폐에 앞장서고 있다.

종 폐질환으로 사망하던 시기였다. 이런 런던의 스모그 현상은 석탄난로를 주로 사용하던 13세기부터 시작해 17세기의 산업혁명을 거치면서 더욱 깊어졌고, 20세기 후반부터는 기계문명과 화학혁명의 바람을 타고 턱 밑까지 찬 상태였다. 런던 등 도시에서는 호흡 자체가 곤란할 정도로 뿌연 스모그가 온통 하늘을 덮는 상황에서, 대부분의 시민들은 질병의 원인이 공장에서 뿜어져 나오는 매연일 것이라고 추측하며 두려움에 떨었다. 그 두려움은 시간이 지나면서 분노로 영글어 갔고 결국 부패한 정치계와 산업계로 폭발하기 직전까지 가기에 이르렀다.

대 스모그 사건⑧이 일어났던 1952년 12월 8일부터 며칠 간, 당시의 런던 모습을 보자. '장례식장에는 관이 바닥났고, 꽃집에는 장례용 화환을 더 이상 구할 수 없었다. 병원의 병실들도 가득차서 환자들이 복도에 즐비하게 누워 있었다. 응급실에서 스모그에 쓰러져 누워있는 젊은이와 노인들은 모두 다른 곳은 아무 이상이 없었으나 유독 허파만이 고통스러웠다. 갑자기 몰려드는 시체들을 감당하기 위해 도시 여러 곳에 임시 시체안치소가 설치되었다. 매주 평균 1,570명이 폐질환으로 죽어갔다. 이 시체 행렬은 스모그가 물러난 다음 3개월이 넘도록 진정되지 않았다.' 런던 시내를 관통하는 템즈강은 강의 생태학적 기능을 완전히 상실할 정도로 악취와 독소를 뿜어내는 대형 죽음의 하수구로 돌변했다. 이렇게 공장폐수로 썩어간 강이나 호수에서는, 가득찬 유독가스가 원인이 되어 수시로 불이 나 도시나 산으로 옮겨 붙기도 했다. 이러한 참상은 런던만이 아니었다. 산업혁명이 한창 진행되고 있던 독일, 프랑스, 벨기에, 오스트리아, 미국 등 산업국에서는 흔하게 일어나던 사건이었다.⑨ 1952년과 1969년에는 미국 오하이오 주의 카이어호에서 5층 높이의 불길이 여러 차례 치솟기도 했고, 1965년에는 구소련의 예카테린부르크의 볼가강에서도 거대한 강불이 일어났다.

그러나 당시 영국은 제2차 세계대전으로 생긴 310억 파운드의 채무와, 점점 굳어지는 사회주의 국가와 자본주의 국가 간의 냉전비용을 계속 늘려가야 했기에 재정은 파탄 상태였다. 이 재원을 충당하기 위해 영국산 석탄 중에서 매연이 적게 생기는 고급품은 미국이나 유럽으로 수출했고, 내수용으로는 저질 석탄을 사용하는 정책을 고수해야 했다. 식량이 부족해 배급 제도를 실시했고, 결국 말고기를 식품으로 팔기 시작했다. 이런 상황에서도 런던에 밀집해 있던 제조업체들을 외곽으로 이전시키는 것은 곤란(제조업체로부터 제공되는 불법 재원은 부패한 정치인들의 먹이였다)하다고 판단한 영국 당국은 폐질환자의 급증을 독감으로 돌리려고 시도했지만 시민들을 설득시키는 데 실패한다. 그러자 영국 당국과 산업체는 다른 데로 원인을 돌리려고 공모한다.[119)]

이때 영국 옥스퍼드 대학의 오스틴 브래드퍼드 힐과 리차드 돌이 1950년 9월 30일자 「영국의학저널(란셋)」에서는 히틀러 당시에 여러 차례 발표됐던 논문을 조금 변경시킨 내용으로 "폐암의 원인 중 83퍼센트는 담배이고, 17퍼센트만이 대기오염이다."라는 논문을 다시 발표한다. 이것이 합성화학물질의 위해성을 숨기면서 관심을 담배로 돌리는 음모의 시작

---

⑦ 자동차와 발전소, 공장에서 배출하는 배기가스에 포함되어 있는 이산화질소(NO2)는 강한 독성을 띠고 있어 이것이 폐로 흡입되면 폐암을 유발하는 등 우리의 폐를 망가뜨리는 것으로 알려져 있다.

⑧ 대 스모그 사건이 일어났던 당시인 1952년 12월 13일자 리처드 돌이 란셋에 "폐암의 원인 중 83퍼센트는 담배이고, 17퍼센트만이 대기오염이다."라는 내용의 칼럼을 발표한다. 그러나 그 칼럼은 제목에서부터 내용 대부분이 암을 비롯한 각 종 질병의 원인은 담배라고 하면서도 결론에 있어서는 정부를 향해 흡연이 아닌 "대기오염에 대처하라."고 결론을 맺는다.

⑨ 1930년 벨기에의 뫼즈강 근처 공업도시에서 스모그 현상이 일어나 3일간 60명이 폐암으로 사망하고, 1948년 펜실베니아 탄광촌인 도노라에서 스모그 현상이 일어나 3일간 20명이 죽고 6천명이 이후에 각종 폐암으로 사망했다. 1952년의 영국 대 스모그 사건 때는 8천명이 폐암 등으로 사망했다.

이었다. 그러나 그가 발표한 내용은 "담배와 폐암사이에 인과관계가 있다."는 것이 아니라 "상관관계가 있다."는 내용이었다. 상관관계가 있다는 말의 의미는 과학적으로 입증할 수는 없지만 추측할 수 있다는 말이다. 일종의 가설이라는 말이다. 그러나 이 말은 다른 주류의 사들이 끝없이 인용하면서 '과학적인 증거가 있다.'는 의미의 "인과관계가 있다."는 말로 변한다. 그리고 리처드 돌은 대 스모그 사건이 있은 후인 1954년에 다시 폐암의 원인을 담배로 돌리는 2차 논문을 발표한다.[120] 그런데 중요한 사실은 힐에게 연구를 의뢰한 영국의학연구협회(MRC)는 연구를 의뢰할 당시 "담배가 폐암의 원인"이라는 결론을 이미 내리고 이를 과학적으로 입증할 자료를 찾아 달라는 것이었다. 연구라기보다는 표적수사였다.

게다가 치명적인 독성물질로 밝혀진 DDT⑩는 1940년대 초반부터 사용량이 늘어나면서 1950년대부터는 최대치에 이르렀다. 전쟁 중에 아직 위험성을 알지 못하던 독일, 영국, 미국 등의 군대에서는 DDT가 절대적으로 필수품이었다. 전장에서의 말라리아와 장티푸스 같은 질병들을 옮기는 모기는 휴식시간에 잠을 이루지 못하게 하기 때문에 군인들에게는 적군만큼이나 위협적인 존재였다. 1970년대는 전장에서 독가스와 DDT 등 각종 합성화학물질에 범벅이 된 채 돌아온 군인들이 50대로 접어들면서 각종 암이 최고조로 기승을 부리던 시기였다. 이 DDT의 잔류물은 2012년인 현재까지 계속해서 인체 내에서 검출되고 있다. 이후 급증하는 폐암, 췌장암 등 각종 암으로 사망한 사람들의 혈액에서는 DDT와 그 분해물인 DDE가 같은 나이의 건강한 사람들에 비해 3배 이상 높게 나타났다. 여러 연구에 의하면 DDT 수치가 높은 여성은 DDT 수치가 가장 낮은 여성에 비해 50세 이전에 유방암 판정을 받을 위험이 5배나 높았다.[121]

2. 앰더와 와인더의 다른 연구.

비슷한 시기인 1948년에는 미국의 펜실베니아 주의 도노라 등 공업도시들은 그 상황이 런던과 비슷했다. 이 때 미국의 초대형 제련회사인 '미국제련회사(ASARCO)'는 하버드의대 교수인 필립 드링커와 메리 앰더에게 자금을 지원하며 대기오염과 폐암과의 관련성에 대해 연구해 줄 것을 의뢰한다. 그들은 3년간 동물실험을 포함해 인간에 대한 관계까지 다양하고 깊은 연구를 실시해 폐암의 직접적인 원인은 대기오염 속에 함유돼 있는 산화물과 납 등 합성화학물질과 중금속이라는 사실을 밝혀내고 이를 정리해 학회에 발표하기로 한다.

그러나 이 순간부터 앰더에게는 시련이 끝없이 따라 붙기 시작한다. 앰더와 드링커에게 미국제련회사가 재정지원을 하며 연구해 달라고 했던 결론은 '폐암의 원인은 대기오염이 아니고 담배다.'라는 것이지 '대기오염이 폐암의 원인이다.'라는 것은 아니었기 때문이다. 하버드대학교와 미국학회, 미국제련회사 등은 이를 발표하지 못하도록 집중적인 압력⑪을 가했

⑩ 1874년에 처음으로 합성된 이 물질은 오랜 기간 동안 사용되지 않다가 1940년 스위스의 파울 뮐러가 다시 합성해내고 이것이 이, 벼룩, 파리, 모기 등 곤충을 죽이는 효능이 있다는 것을 밝혀내면서 대대적으로 사용되기 시작했고 뮐러는 그 공로로 1948년에 노벨생리의학상을 수상한다. 반면 그 이전까지는 국화에서 추출한 천연의 피레스룸을 살충제로 사용했는데 공급이 부족한 상태였다. 제2차 세계대전 당시에는 군수품으로 취급되다가 전쟁 후 인체에 전혀 영향을 미치지 않는다는 주류의사들의 거짓 연구로 인해 가정용으로 선풍을 일으켰다. 한국전쟁 당시 미군의관이 미국방부에 보낸 "한국 민간인들이 말라리아로 매일 수만 명이 죽어간다."는 보고서에 의해 우리나라에도 전파되기 시작했다. 50대 이후의 사람들은 이나 벼룩을 제거하기 위해 흰 밀가루 같은 것을 머리, 옷 등에 뒤집어 쓰고, 집안 구석구석에 뿌리던 기억이 날 것이다. 이후 60년대부터는 농업용 살충제로 대량 뿌려지기 시작했다. 이후 폐암, 간암 등 각종 암으로 사망한 사람들에게서 DDT 잔류량이 2배 이상 많다는 사실이 밝혀지면서 세계적으로 사용이 금지됐다. 그러나 사용이 금지된 1972년부터 2012년 현재까지 ACSH를 중심으로 한 근본주의 청교도 연구단체들은 DDT의 허용을 적극 주장하고 있어 언제 규제가 풀릴 지 불안한 상태다.

⑪ 메리의 상사인 정교수 드링커는 압력에 굴복하고 연구 논문에 공동연구원인 자신의 이름을 삭제했을 뿐 아니라 자신의 조교수인 앰더도 해고한다. 그리고 그는 보상으로 하버드에서 정년을 보장 받는다.

지만 마침내 앰더는 학회에도 발표하고 발표를 약속했던 영국의학저널(란셋)에도 발표하기 위해 원고를 보냈다. 그러나 바로 앰더는 하버드대학교에서 해고되고, 60년이 지난 현재까지 란셋에는 앰더의 연구논문이 실리지 않고 있다. 50년의 시간이 흘러 드링커가 사망한 1998년, 그의 서류 속에서 발견된 편지(1953년 7월 9일자)에 의하면 “이런 연구는 항상 기업의 돈지갑과 연결되어 있지요. 드링커는 처자식의 생계라는 족쇄 때문에 진실한 연구가 장애물이 되었던 것입니다.”고 적혀 있다.[122] 산업체를 중심으로 맴도는 주류의사들의 특징은 그들이 원하지 않는 결론이 나오면 바로 폐기한다는 것이다.

이어 1953년 화학업계의 재정지원을 받은 미국의 어니스트 L. 와인더는 보고서를 통해 흡연과 암 사이에 상관관계가 있다는 연구를 발표한다. 그에 의하면 81마리의 쥐에 타르를 묻히고 관찰한 결과 쥐 생애기간의 반에 해당하는 71주에 이르러 59퍼센트에게서 피부암⑫이 발병했다고 한다. 이후 그는 수백 편의 글을 신문, 잡지에 발표하며 에버릿 쿠프, 엘리자베스 웰런 등과 함께 미국에서 담배공포를 과장시키는 주역을 담당한다. 그러나 이 실험은 고농도의 타르(담배 10만 개비 분량)를 합성화학물질인 공업용 아세톤⑬에 혼합해 투여한 실험이지 일반적인 담배에 대한 실험은 아니었다. 따라서 그 후에 담배연기가 가득한 폐쇄된 공간에서 같은 기간 동안 실시된 실험에서는 단 한 마리도 암에 걸리지 않았지만 뒤의 연구는 폐기되고 이전의 연구만 발췌되어 “동물실험에서 담배는 암을 발병시켰다.”는 내용으로 뉴욕타임스, 워싱턴포스트, 라이프, 리더스 다이제스트 등의 주류언론에 대대적으로 보도됐다.[123]

3장. 미국의 우상, 히틀러!

그러나 사실 담배공포는 독일의 히틀러 정권 아래에서 처음 만들어진 ‘관심돌리기’였다. 제2차 세계대전 당시 독일 퀼른대학의 프란츠 뮐러가 1939년 설문조사를 통해 흡연과 폐암의 상관성을 밝혔다. 이는 지금까지 폐암의 원인이 석면, 벤젠, 에틸납, 독가스 등 오염된 대기 중에 포함된 합성화학물질과 중금속이라는 연구들을 폐기시키고, 모든 폐암의 원인을 담배로 돌리는 정치과학을 만들기 시작한다. 그리고 1943년에 카를 아스텔이 지휘하는 흡연 연구에 맞춰 샤이러와 쇠니거가 흡연과 폐암과의 상관관계를 보여주는 통계 결과를 다시 발표한다.[124] 부와 권력에 눈이 먼 주류의사들은 합성화학물질의 위험성으로부터 대중의 관심을 흡연으로 돌리기 시작한다. 히틀러는 독일의 공공장소에서의 금연⑭(간접흡연을 규제)

⑫ 피부암의 80퍼센트를 차지하는 바실리옴(Basaliom, 기저세포암)과 슈피날리옴(Spinaliom, 편평세포암)으로 이들 암은 거의 100퍼센트 치료된다. 오늘날 대부분의 주류의사들은 피부암이 자외선에 의해 발생한다며 자외선 차단제를 바를 것을 권장하지만 최근의 과학적 연구에 의하면 태양의 자외선과는 아무런 연관성이 없음이 밝혀졌다. 반면 극히 드물게 발병하는 흑색종이라고 하는 멜라노마(Melanoma)는 대부분 할로겐, 형광 등 인공 자외선과 피부에 접촉된 자외선차단제 등 합성화학물질에 의해 발병하는 것으로 밝혀졌다. 태양 광선에서 오는 자연의 자외선에 대해서는 이미 수십억 년의 진화과정을 통해 적응했지만 인공광선에 대해서는 아직 적응이 되지 않아 각종 질병을 야기하는 것이다. 따라서 자외선차단제는 피부암을 예방하는 데 아무런 작용을 하지 않고 오히려 각종 암을 유발하는 것으로 밝혀졌다. 특히 자외선차단제에 들어 있는 나노입자인 티타늄성분은 자연에 존재하지 물질로 폐암, 간암, 흑색종 등의 주요 원인으로 의심받고 있다.

⑬ 설탕을 수소처리해서 인공적으로 만드는 아세톤은 여러 가지 지방과 합성물질들을 녹일 수 있고 인화성이 강하기 때문에 레이온과 같은 인조섬유와 폭발물의 제조에 널리 사용된다. 또한 아세톤은 의약품제조의 화학적 중간물질로 사용되며, 비닐, 아크릴 수지, 래커, 페인트, 잉크, 화장품(손톱광택 제거제 등), 니스 등의 용매로 쓰인다. 또한 종이 코팅, 접착제 등을 만드는 데 사용되며, 여러 가지 화합물의 합성에 출발물질로도 사용된다.

⑭ 히틀러 시대 이전인 17세기에도 청교도 교리를 창시한 장 칼뱅의 극단적인 금욕주의에 의해 북유럽에서는 술과 담배, 섹스가 철저히 금기시 되고 공공장소에서의 금연이 강제됐다. 청교도의 금연 교리는 엄격해서 가난한 노동자가 공공장소에서 흡연을 하다가 적발되면 화형에 처하기도 했다.

은 물론 자동차 운전 중에도 흡연을 금했고, 나아가 군인과 경찰 그리고 모든 공무원과 심지어 일반 여성과 18세 미만자, 재소자들에게도 금연을 명령했다. 그리고 노동자를 포함해 모든 국민은 오로지 생산증대라는 국가 정책 아래 근무 중에는 흡연이 금지됐다.

1933년 1월 30일, 콧수염을 단출하게 기른 히틀러가 독일공화국 총리에 오르자 국민들은 열광했다. 제1차 세계대전 이후 14년 동안 하늘을 치솟는 인플레이션 상황에서 극심한 경제난과 실업난에 허덕이던 독일 국민들에게 그는 구세주와 같은 희망이었다. 히틀러는 그들의 바람을 저버리지 않았다. 집권 초기에 6백만 명이던 실업자는 집권 2년 후인 1934년에는 2백만 명으로 줄고, 6년 뒤인 1939년에는 산업체에 인력이 부족할 정도였다. 또한 생산력도 집권 초기에 비해 3배로 올려놓았다. 전 세계를 강타한 대공황 속에서 물가를 안정시키고 실업을 해결하고 경제적인 안정을 이뤄낸 것이다.

그러나 사실 히틀러의 이 같은 경제안정의 결과는 노동자의 희생에 따른 것이었다. 히틀러가 흡연을 금했던 이유는 경제공황으로 피폐했던 독일의 경제를 부흥시키기 위해 강력한 리더쉽이 필요했고, 이를 위해 대기오염 등 경제 부흥의 폐해로부터 대중의 관심을 다른 곳으로 돌릴 필요가 있었기 때문이다. 즉 '담배가 폐암의 원인이다.'라는 현대의학의 교리는 기업 또는 국가적 책임(합성화학물질)을 개인의 책임(흡연)으로 돌려 기업을 보호하기 위한 전략이었다. 게다가 히틀러가 금연자⑮이고 금주자, 채식주의자이며 금욕주의자라는 것도 크게 반영됐다.[125)]

집단의 사고를 하나로 통일시키기 위해서는 가상의 적이 필요하다는 원리를 터득한 히틀러는 정치에서는 사회주의를, 사회면에서는 유대인을, 건강에서는 담배를 가상의 적으로 만들었다. 특히 흡연은 긴장을 해소시켜주면서 정신적 안정을 가져다주어 평화와 이성을 회복시켜주는 기능을 하기 때문에 집단의 사고를 엮어가는 데 있어서는 가장 위협적인 존재였다. 히틀러가 정권을 장악한 후 독일은 유럽에서 가장 빠른 경제성장을 이룩하며 독일은 전체가 석면, 벤젠, 에틸납, 다이옥신, 질산염 등이 섞인 대기오염으로 시달려야 했다. 그리고 제1차 세계대전과 제2차 세계대전 그리고 아프리카에서의 국지전에서 노출됐던 독가스에 수많은 남성들이 고통을 겪었다. 이런 상황에서 수많은 독일인이 폐암과 심장질환, 유방암 등으로 고통을 겪었다. 전쟁이 시작되면서 독일은 전쟁물자의 생산량을 늘려야 했고, 생산이 증가할수록 독일인은 더욱 합성화학물질에 노출되는 위험이 커졌다.

특히 독일은 미국 등 연합국의 봉쇄정책으로 아랍지역에서 석유를 확보하지 못하게 되자 석탄에서 화학적으로 처리해 액화석유와 합성고무, 알루미늄 등을 대량생산하는 과정과 이를 원료로 화약의 재료인 질산암모늄, 치클론B 같은 독가스, 각종 의약품, 화학비료, 살충제, 시멘트 등을 생산하는 과정에서 산업폐기물이 대량생산됐다. 게다가 자동차 매연은 늘 독일 국민의 코와 눈을 따갑게 하면서 유럽에서 가장 높은 암과 심장질환자 발생률을 보였다. 히틀러는 사회주의를 철저히 배격했기 때문에 모든 산업을 사유화했고, 따라서 국가는 규제완화 정책을 강화했다. 때문에 1932년에 완성된 3,000킬로미터에 달하는 세계 최초의 고속도로(아우토반)나 국민차인 폴크스바겐, 합성고무인 부나, 전쟁을 이끌어 갔던 액화석유 등 중요한 모든 재화를 개인 소유의 기업에서 생산해냈다.

이 같은 히틀러의 정책 아래 국가의 기능은 기업 활동의 자유를 위해 규제를 완화하고, 기업 활동의 부산물로 나타나는 생태계파괴와 각종 질병으로부터 기업을 보호해 주는 것이

⑮ 당시 제2차 세계대전의 지도자인 영국의 처칠, 소련의 스탈린, 미국의 루즈벨트 등은 모두 애연가였고, 반면에 이탈리아의 무솔리니, 스페인의 프랑코, 독일의 히틀러는 모구 금연자였고 이들 국가는 금연을 국가정책으로 삼았다.

었다. 결국 히틀러는 합성화학물질의 위험성으로부터 대중의 관심을 담배로 돌리기 위해 '폐암과 심장질환의 원인은 담배'라는 거짓 과학을 만들어 화학산업을 강화하는 데 이용한다. 이것이 나찌가 벌인 의학적 폭력인 '암과의 전쟁'이다.⑯ 또한 흡연은 휴식으로 이어지기 때문에 국민의 모든 노동력을 생산으로 결집시키기 위해서도 통제정책의 하나로 금연정책이 필요했다.[126)]

20세기 초부터 미국 등 대부분의 나라는 자국의 화학기술을 국가기밀로 취급했고, 외국의 화학물질에 대해 높은 관세를 적용해 자국의 화학산업을 보호했다. 그런데 제2차 세계대전 당시 세계에서 가장 앞선 화학기술을 보유하던 독일이 패전하면서 독일의 모든 기술은 승전국인 미국과 영국으로 그대로 넘어갔다. 전쟁이 끝난 후에 독일의 체제를 집중 연구한 연합국의 주류학자들은 독일이 국민의 저항을 받지 않고 그토록 빠르게 화학산업을 발전시킬 수 있었던 원인을 알아냈다. 그것은 바로 합성화학물질의 위험성을 담배로 돌렸기 때문이었다. 그러나 대부분의 히틀러 관련 서적에서는 이 같은 나찌의 금연정책에 대해서는 언급을 회피한다. 미국에서 시행 중인 정책이 패전국인 나찌 독일에서 이미 시행했던 정책을 그대로 받아들였다는 사실을 숨기려는 의도다. 다시 말해 청교도라는 파시즘은 히틀러의 파시즘을 중요한 교재로 채택한 것이다.

4장. 파시즘을 따른 거짓 연구.

1. 통계의 허구.

사실 담배공포를 만들어내기 시작한 오스틴 브래드퍼드 힐과 리처드 돌이 수행한 통계 연구는 이미 폐암에 걸린 사람들을 대상으로 과거에 흡연을 했는지, 했다면 얼마나 했는지를 묻는 '후향적 방법⑰'을 썼다는 점과, "폐암의 원인은 담배"라는 결론을 이미 내리고 이를 뒷받침할 수 있는 통계적 근거를 찾기 위해 수행한 것이었다는 점, 조사 대상에서 현장에서 근무하며 화학물질에 노출되기 쉬운 흑인노동자, 이민노동자 등 블루칼라 계층과 여성, 노인을 제외하고 백인 사무직 남성만을 상대로 조사했다는 점, 대기오염이 세계적으로 가장 심각한 대도시인 런던 거주자만을 대상으로 했다는 점, 암이 오랜 기간 여러 가지 복합 원인에 의해 발생하는 질병이라는 사실을 무시했다는 점을 고려할 때 이는 과학적인 연구가 아니라 의도된 조작이었다. 특히 이 연구는 히틀러 당시에 실시됐던 통계조사 방법과 결론을 그대로 모방한 것에 불과했다.

그들이 1950년에 조사한 649명의 폐암 환자의 경우, 그들의 자료에 의하면 하루 15개비를 피우는 사람보다 하루 50개비를 피우는 사람에게서 폐암 발병률이 월등이 낮았다. 그리고 하루 1개비 이하를 피우는 사람보다 하루 15개비 이상을 피우는 사람이 폐암에 걸리

---

⑯ 암을 비롯해 급증하는 모든 질병의 원인을 담배로 돌리며 화학산업을 보호하기 위한 나찌의 '암과의 전쟁'이라는 정책은 30여년 후인 1971년 미국의 닉슨 대통령에 의해 그대로 채택된다.

⑰ 전향적 연구란 예컨대 지금 폐암에 걸리지 않은 사람들 중에서 담배를 피우는 사람과 피우지 않는 사람을 대상(흡연량을 기준으로 몇 개로 분류)으로 폐암이 생기기에 충분할 정도로 긴 10년 이상의 기간 동안 정기적으로 검사를 하여 폐암에 걸리는 사람을 찾아내서 흡연과 담배 사이에 어떤 관계가 있는지 연구하는 방법이다. 이렇게 어떤 대상이 '앞으로 어떻게 되는지' 조사하는 연구 방법이다.

반면 후향적 방법이란 예컨대 폐암에 대한 연구에서 폐암에 이미 걸린 사람들을 대상으로 과거에 담배를 피웠는지, 피웠으면 몇 살 때부터 피우기 시작했는지, 하루에 몇 갑을 피웠는지 등을 조사하여 담배를 피우는 것과 폐암에 걸리는 것 사이에 어떤 관계가 있는지를 연구하는 방법이다. 이렇게 어떤 대상에게 '과거에 어떠했는지'를 조사하는 연구 방법이다.

후향적 연구는 기억이 정확하지 않거나, 기억이 무의식적으로 조작되거나, 답하는 사람이 솔직하지 않을 수 있는 단점이 있다. 그러므로 후향적 연구보다는 전향적 연구가 과학적으로 신뢰도가 높다.

지 않을 확률이 높았다. 그리고 전제에서의 치명적인 오류로 그들은 단지 흡연자와 비흡연자만을 상대적으로 비교했고, 그들이 잡은 비교군과 실험군에서 통계학상 최소 15가지 이상의 '경우의 수'를 비교할 수 있음에도 불구하고 1가지만 인용하는 모순을 드러냈다. 다른 경우 예컨대 하루 15개비를 피우는 환자의 경우에는 폐암 환자의 비율(30.2%)과 폐암에 걸리지 않은 환자의 비율(29.3%)은 거의 비슷했다.[127]

리차드 돌과 브레드퍼드 힐이 발표한 연구 논문에 대해 비난이 쏟아지자 그들은 1954년에 의사들을 상대로 실시한, 두 번째 연구를 발표하지만 거기서도 각각 환자군과 대조군 내부에서 일어나는 변화만을 평가하는 오류를 범한다. 다시 말해 폐암에 걸린 환자만을 대상으로 흡연량이 늘어나면 폐암발병률이 늘어난다는 사실만을 자료로 사용했다. 하루 15그램을 피우는 경우나 하루 25그램을 피우는 경우나 모두 비흡연자에 비해 폐암에 걸릴 확률은 월등이 낮았지만 이 결과는 무시된다.[128] 그들은 통계학적 방법을 의학 연구에 도입하면서 원하는 자료만 사용하는 방법으로 교묘하게 결과를 조작한 것이다. 게다가 원하는 자료가 나올 때까지 이전 자료를 폐기하며 통계조사를 되풀이 했고, 원하는 자료가 나오자 곧 모든 조사를 중단했다.

이런 과정에 평균 하루에 33개비를 피우는 한 의사가 건강한 상태임을 알게 되자 금연자 그룹에 편입시켰음이 그의 부인에 의해 밝혀지기도 했다. 만일 이 의사가 폐암에 걸린 상태였다면 33개비를 피우는 그룹에 편입시켰을 것이다. 반대로 폐암에 걸린 비흡연자를 흡연자군에 넣은 것이 확인되는 등 그의 통계조사는 말 그대로 소설이었다. 대부분의 담배의 해악성을 알리는 연구들은 결론을 내리는데 과학적 연구 없이 추정치를 사용했고, 상관관계를 증명하는데 있어 '주관적 판단'에 의존하는 경향이 많았다. 예를 들어 1950년대에 브레드퍼드 힐과 리차드 돌이 조사했던 연구에서 하루에 담배 네 갑 이상을 피운 사람이 그보다 적게 담배를 피운 사람보다 더 건강하고, 더 오래 살았다는 결과가 나오자 당혹한 나머지 이를 억지로 해석한다. "이렇게 엄청난 흡연량을 이겨낼 수 있는 튼튼한 허파와 심장을 가진 사람이라면 담배 속의 유해물질에 대해서도 충분히 저항력을 갖고 있다."[129]

2. 흰 머리가 사망 원인은 아니다.

이후 돌은 그가 사망한 2005년까지 비슷한 연구를 11번 하면서 늘 동일한 결론을 내리며 담배공포를 키워간다. 그들이 사용한 연구 자료에 의하면 흡연자는 비흡연자에 비해 폐암 발병률이 50배나 높다고 한다. 1981년 이후 발표한 연구는 1950년에 발표한 통계조사의 내용을 조금 바꾼 것으로 "암의 원인은 담배가 30퍼센트, 콜레스테롤이 35퍼센트, 알코올이 20퍼센트 영향을 미치지만 석면이나 DDT, 다이옥신, 벤젠 등의 합성화학물질은 6퍼센트 밖에 영향을 미치지 않는다."며 "흡연과 음주, 고기를 중단하면 모든 암에서 벗어날 수 있다."고 한다.[130]

그러나 수많은 연구에 의하면 도시의 비흡연자가 시골의 흡연자에 비해 발암비율이 훨씬 높다. 또한 콜레스테롤 저하제를 복용하는 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 심장마비와 발암비율이 월등히 높다. 이것을 그들은 어떻게 해석할까? 통계학자 R. A. 피셔는 "통계적 상관관계가 인과관계로 이어지는 것은 아니다. 머리가 흰 사람이 기대수명이 짧은 경향이 있지만 흰머리가 사망원인은 아니다. 머리가 흰 사람은 대체로 노령이고 사망원인은 노령 때문이지 흰머리가 원인은 아니다."고 지적한다. 그러면서 "흰머리와 죽음 사이에는 상관관계는 있지만 인과관계가 있는 것은 아니다."고 힐과 돌의 주장을 비판한다.[131] 이와 비슷한 맥락에서 주류의사들이 가장 많이 사용하는 억지 중의 하나는 이런 것이다. 현재 지구상에

존재하는 10만 가지의 합성화학물질 중 인체에 어떤 영향을 미치는지에 대해 조사된 물질은 1퍼센트도 되지 않는다. 따라서 99,000가지의 합성화학물질에 대해서는 그 해악성에 대해 아무 것도 알지 못한다. 국가나 기업은 합성화학물질의 부작용에 대한 연구에는 재정지원을 할 리가 없기 때문이다. 인류가 부작용을 모른다는 상황을 이용해 그들은 "부작용이 과학적으로 확인되지 않았다는 것은 안전하다는 말이다."고. 이는 마치 20층에서 추락해 떨어지고 있는 사람에게 7층에 있는 사람이 "아직은 아무 일 없네요."라고 말하는 것과 같다. 아마 초등학생도 이 말을 들으면 얼마나 웃을까.

통계는 자료를 조작해서 원하는 결론을 끌어내기 위한 위험한 숫자 놀음이다. 예컨대 2002년 우리나라 통계청이 발표한 내용을 보자. 결혼 대비 이혼율은 47.4퍼센트로 세계 최고라고 해서 세간에 충격을 주었던 통계다. 결혼한 부부의 거의 절반이 이혼을 한다니? 그러나 이 통계는 허구였다. 이 수치는 2002년 한 해 동안 이혼한 쌍(14만 5,324건)을, 그해에 결혼한 쌍(30만 6,573건)으로 나누어서 나온 수치였다. 기준을 다르게 잡았으니 결론은 엉뚱하게 나올 수밖에 없다. 한 항목은 '특정 년도에 결혼한 쌍'을 또 다른 항목에는 '전체 년도에 결혼한 쌍 중에서 특정 연도에 이혼 한 쌍'만을 잡는 실수를 저지른 것이다. 이런 계산법으로 산정하면 2003년에는 이혼율이 54.8퍼센트에 달한다. 이런 계산법을 적용하면 이혼율이 120퍼센트도 나올 수 있다.[132] 이런 연구는 의도적으로 결론을 내려놓고 그에 맞도록 기준을 이리저리 바꿔가면서 결론을 끌어내는 거짓 연구다. 그것이 통계의 허구인 것이다.

5장. 미국에서 타오른 총성 없는 전쟁.

제1차, 제2차 세계대전에서 승리한 미국은 세계적인 채권국가가 되고 급속도로 산업이 발전하면서 1950년대 중반이 되어서는 로스엔젤레스, 뉴욕, 롱아일랜드, 오대호 주변 등을 중심으로 대기오염으로 인한 폐암에 시달리기 시작했다. 결국 미국에서도 영국과 마찬가지로 폐암환자들이 급증하면서 노동자들의 분노가 산업계와 정치계로 향하기 시작했다. 이런 상황에서 리처드 돌이 시작한 관심돌리기는 미국에서도 절실히 필요한 전략이었다. 마침내 1957년, 미국 공중보건국(PHS)에서는 '흡연보고서(The Cigarette Papers)'를 통해 "이 나라의 폐암과 심장병 등 모든 질병과 장애, 조기사망의 가장 커다란 원인은 담배다."라고 지원하고 1964년과 1967년, 1998년에 다시 발표한다. 이 보고서에서는 "매년 담배로 인해 420,000명의 흡연자와 53,000명의 비흡연자가 사망하며 이 숫자는 살인, 에이즈, 알코올, 교통사고로 사망하는 사람들 모두를 합한 것보다도 많다."라며 담배공포를 지원한다. 1970년대까지 미국, 영국을 비롯한 국가와 기업의 지원으로 20개국에서 발표된 공해관련 연구논문 50편은 모두 담배가 폐암의 원인이고 대기오염은 거의 또는 전혀 영향을 미치지 않는다고 결론을 내렸다. 영국의학연구협회나 미국 공중보건국에서는 지금까지 대기오염, 수질오염, 화학물질, 약물부작용, 음식첨가제, 방사능 등에 대한 보고서를 발표한 적은 단 한 번도 없다.[133]

대중으로부터 관심을 다른 곳으로 돌려 문제를 은폐하는 데는 전쟁이 가장 좋은 방법이다. 화학업계가 시작한 담배논쟁에 담배업계가 사활을 걸고 대응함으로써 60여 년 간 전쟁은 끊임없이 신문, 방송을 메워갔다. 대부분의 국가와 주류의사들, 주류언론들은 초거대기업인 화학업계를 옹호하면서 전쟁은 계속 확대되어 갔다. 총성 없는 담배공포전쟁! 그러나 이 전쟁의 결과는 초거대기업인 몬산토와 듀퐁의 지원을 받는 화학업계가 장기적으로 유리한 것은 당연한 일이었다. 화학업계가 막대한 비용을 사용하면서 대대적으로 담배공포를 만들

어 내는 가운데 1971년에는 담배광고를 금지하는 법안이 통과되고, 1984년에는 37개 주와 워싱턴 DC에서는 극장, 식당 등 공공시설에서 흡연을 금지하는 법안이 통과된다. 이 같이 과학을 빙자한 정치 광풍은 세계화의 흐름을 타고 캐나다, 영국, 호주, 우리나라, 일본, 홍콩 등 미국 성향의 나라로 급속히 전파된다.

1962년 레이첼 카슨⑱의 침묵의 봄(Silent Spring)이 발간되고 합성화학물질의 위험성에 대한 논란이 거대하게 일어나자 결국 1972년 DDT 사용이 미국 내에서 전면적으로 금지된다. 그리고 1964년에는 담배도 술도 접할 리가 없는 물고기가 처음으로 암에 걸린 채 발견되어 의학계를 발칵 뒤집어 놓는다. 지금은 오염물질이 심한 강어귀에서 각종 암에 걸린 바다생물을 발견하기는 너무도 쉽다. 이런 분위기에서 화학업계, 식품업계, 제약업계, 음료업계, 석유업계, 자동차업계, 군수업계 등 66개 기업이 막대한 자금을 동원해 1978년에 350여명의 주류의사들을 끌어들여 미국건강과학위원회(ACSH, American Council on Science and Health)를 설립한다. 그리고 이 단체는 담배공포를 확대해가며 담배업계를 집단적으로 공격하기 시작한다. 초거대 친기업 연구단체인 ACSH의 목표는 대중들의 관심을 합성화학물질의 위험으로부터 담배로 돌리는 것이었다. 그러자 담배업체인 필립모리스는 1993년 30여명의 주류학자와 정치인들을 동원해 건전과학진보연대(TASSC, The Advancement of Sound Science Coalition)를 구성하고 자금을 지원하며 이에 대응한다.

특히 TASSC의 임원인 스티브 밀로이⑲는 인터넷에 '정크사이언스닷컴'이라는 사이트를 운영하며 ACSH 소속 연구원들이 발표하는 연구뿐만 아니라 의약품의 부작용이나 생태계, 식품첨가제, 방사능, 대기오염 등의 위험을 지적하는 양심적인 연구를 '쓰레기과학⑳'이라고 비판해오고 있다. 그러나 밀로이는 초기의 ACSH에 대한 적대감과는 달리 2000년대 초부터는 ACSH를 양심적인 연구단체로 소개하며 자신의 사이트에도 그들의 연구를 소개하고 있다. 사실 초기에 ACSH를 비판했던 것은 이 사이트의 음모를 속이기 위해 계획된 시나리오였고, 주요 목표는 환경단체, 소비자단체 등 양심적인 단체의 연구들을 공격하기 위한 전략이었다.

이 두 단체는 서로 정보와 자금, 인력을 교류하며, 화학물질을 포함한 대기오염, 식품첨가제, 핵산업, 의약품 등에 대해 대중이 관심을 갖지 못하도록 ASCH는 담배의 위해성을 강조하고 TASSC는 담배의 무해성을 강조하며 계속해서 논쟁을 키워나간다. 담배회사 필립모

---

⑱ 레이첼 카슨이 DDT가 어떻게 생태계를 파괴하는지에 대해 열정적으로 자료수집, 연구 등을 하던 1960년에 그녀는 유방암 확진을 받는다. 그 후 수술, 항암치료, 방사선치료로 육신이 만신창이가 된 상태에서도 집필을 계속한 결과 2년 후인 1962년에 책을 완성하지만 1년 6개월 후인 1964년 4월, 봄인데도 새와 벌레가 울지 않는 시절에 56세를 마지막으로 눈을 감는다. 침묵의 봄이 출판되자마자 화학업계는 '노처녀의 히스테리', '비전문가의 독설' 등의 표현을 사용하면서 집중적으로 카슨의 인격과 진실을 깍아내려고 공격한다. 그러나 마침내 1963년 미국의 케네디 대통령은 환경문제를 다룰 자문위원회를 구성했고, 1969년 미국의회는 DDT가 암을 유발할 수도 있다는 증거를 발표하고, 1972년 미국 EPA(미국환경청)는 DDT의 사용을 금지했다.

⑲ 밀로이는 정크사이언스 닷컴(JunkScience.com)을 운영하면서 현재까지 담배업계와 화학업계, 제약업계, 식품업계 등으로부터 고액의 급여와 활동비를 지급받고 있다. 예컨대 2000년 기준으로 그는 매월 165,888달러와 연간 활동비로 300,000달러를 받았다.

⑳ 스티브 밀로이가 지칭하는 '쓰레기 과학'이란 기업의 이윤이 아닌 환경보호, 인류의 건강을 지키기 위한 규제 강화 등을 옹호하는 내용의 과학을 지칭한다. 이후 산업의 지원을 받는 주류과학자들은 산업을 보호하려는 의도가 없는 모든 과학을 쓰레기 과학이라고 부르게 된다. 예컨대 텍사스대학교 법학 교수이자 친기업단체인 CPR 의장인 토마스 맥개러티는 "규제완화를 주장하는 우리 과학은 건전과학이고, 규제강화를 주장하는 너희 과학은 쓰레기 과학이다."라고 말하고, 밀로이와 함께 활동하던 제임스 인호피는 2003년 기후규제법의 통과를 막기 위해 상원에서 연설을 하며 "화학업계가 지구온난화의 주범이라고 하는 이론은 쓰레기 과학이며, 이는 미국인을 상대로 한 최대의 사기극이다."라고 말한다.

리스와 1993년 월 4만 달러의 임금 계약을 맺고 화학물질과 대기오염에 대한 불확실성을 강조하며 화학산업을 지켜주는 임무를 수행한다. 그는 1994년에는 60만 달러의 프로젝트를 필립모리스와 체결하고 앨라배마 주 상원 의원인 리차드 셸비를 통해 화학물질을 규제하려는 법안을 막아내기도 했다. TASSC의 임원인 제임스 토치는 그는 1982년에도 제약회사를 비호하기 위해 어린이 1,500명의 생명을 앗아간 ‘아스피린 경고문 폐기 사건’을 일으키기도 했던 인물이다. 반면 ACSH의 2010년 의료분야 책임자이자 이사인 길버트 로스①는 의료보험 사기행위로 1995년 의사면허증을 박탈당하고 3년 10개월 간 교도소에 수감되었던 인물이다.[134]

이 두 단체에 공통적으로 자리 잡고 있는 이데올로기는 반공주의, 냉전강화, 핵무기확산, 자유시장주의, 금융투기 자유, 규제완화, 세금인하, 특허보호, 근본주의 기독도, 환경오염 부정, 약의 부작용 은폐, 무기소지자유, 에이즈공포 확산, 알코올금지, 낙태금지 등의 극단적인 파시즘이다. 그리고 이 두 단체는 공화당의 적극적인 지원을 받는다. 그리고 중요한 사실은 담배가 폐암의 원인이라는 내용의 ACSH 자료가 수십 번 발표되는 동안 TASSC 자료는 한 번 정도 발표되며 강약을 조절해 끊임없이 담배공포를 확산시켜 간다는 것이다. 사실 두 단체가 발표한 논문들은 거의 대부분이 거짓 논문으로 탐욕에 눈이 먼 주류의사들이 더러운 돈에 무릎을 꿇은 채 과학이라는 가면을 쓰고 인류를 상대로 휘두르는 거대한 칼이었다.

주류의사들의 대부분은 담배공포를 증폭시키는 대규모단체인 ACSH와 담배를 옹호하는 소규모단체인 TASSC 등 양 단체에 이중으로 관련된 사람이 많았다. ACSH의 집행위원장인 마이클 폭스, 의장인 A. 앨런 모기시, 그리고 빅터 허버트, F. J. 프랜시스 및 다른 46명의 임원도 TASSC의 자문위원이었다. 그리고 또한 화학업계도, 담배업계도 양 단체에 모두 자금을 지원해오면서 그들이 미리 짠 시나리오에 따라 적절히 상호 비판의 강약을 조절해왔다. 특히 회장인 프레더릭 스테어는 1978년 ACSH가 설립되자마자 담배 기업인 필립모리스에 자금을 지원해줄 것을 요청하기도 했다. 그리고 화학기업, 제약기업, 식품기업, 자동차기업 등 ACSH에 재정지원을 하는 대부분의 기업들은 TASSC에도 계속해서 재정지원을 했다.[135] 두 단체, 특히 ACSH는 이후 막대한 자금력으로 허드슨 연구소 등 수십 개의 연구단체를 산하기관으로 설립하고 친산업적인 주류의사들을 끌어들여 “모든 질병의 원인은 술과 담배이고, 약이나 가공식품 등에 사용되는 합성화학물질은 건강에 아무런 영향을 미치지 않는다.”라는 담배공포는 서서히 거대한 해일로 커지며 인류의 의식을 잠식해갔다.

6장. 친산업 연구단체의 음모.

ACSH는 “미국이 DDT를 금지한 것은 살충제, 석면, 에이전트 오렌지, 핵에너지 금지와 함께 20세기 최악의, 과학적으로 근거 없는 건강공포 중 한가지다.”라는 내용의 공식 성명을 통해 석유산업, 화학산업, 유전자조작산업을 비호해오는 단체다. 계속해서 그들은 유명잡지 또는 신문에

‘방사선 조사법② : 미국 식품을 보호할 수 있는 유일하고 확실한 방법’,

---

① 그는 독극물 비소나 1급 발암물질로 규정된 PCB가 인체에 전혀 영향을 주지 않는다는 연구논문을 발표하고 화학업계로부터 거액의 수수료를 받기도 했다. 1995년 불필요한 진단과 수술을 과다하게 수행해 800만 달러의 의료보험금을 사취한 행위로 유죄판결을 받고, 의사면허도 박탈되지만 만기출소 후 바로 ACSH의 회장인 엘리자베스 웰런이 1999년에 그를 ACSH 의료담당 책임 이사로 채용하고, 웰런의 로비에 의해 박탈됐던 의사면허는 2004년에 회복된다.

② 1982년에 미FDA의 승인을 받은 방사선조사법은 2000년에 미 농무성이 모든 육류에 대해서도 살균 방법으로 합법화했다. 그러나 FDA에서는 방사선조사법을 승인할 때 제출된 실험보고서 441건 중 과일과 채소를 상대로 미량의 방사선을 사용하여 실험한 보고서 7건만을 선별해 검토하고 승인했다. 방사선조사에 사용하는 세

‘PCB가 건강에 위해를 가한다는 과학적 증거는 없다.’,
‘프탈레이트 논쟁 뜨거워지다: 최고 학자인 에버릿 쿠프, 안전하다는 결론을 내리다.’,
‘환경보호론자들은 공중보건의 향상을 보증하지 못한다.’,
‘크리스마스 만찬 자리에서는 살충제와 음식을 안전하게 먹을 수 있음을 감사하자.’,
‘살충제가 정말 그렇게 해로운가?’
‘담배로 살인을 저지르다.’
등의 혼란을 유도하는 글을 연구논문을 가장한 채 계속해서 기고한다.

반면 담배업계의 지원을 받는 「건전과학진보연대」(TASSC)도
‘실험결과, 흡연이 콜레스테롤 수치를 높이지 않는다.’,
‘심리적, 가족적 원인이 폐암 원인의 주요원인이다’,
‘고령흡연자 조사 결과 심장병 사망률 차이 없다.’,
‘의사들은 다른 분야 종사자들보다 담배를 덜 피울까?’,
‘폐암환자 1천 명 중 절반은 비흡연자’
라는 제목으로 담배가 해롭지 않다는 연구 논문들을 계속해서 발표한다.[136] 이러한 연구들의 공통된 특징은 이미 결론을 내리고 이에 맞춰 자료를 조작한 연구라는 것이다.

한편 과학계의 어두운 이면을 파헤치는 모든 언론과 서적들은 TASSC에 대해 집중적으로 조명하며 담배의 해악성을 숨기려는 과학계의 움직임을 세상에 폭로하지만 대부분의 언론이나 서적에서는 연간 2,000만 달러 이상을 지출하는 친기업단체인 ACSH의 움직임에 대해서는 철저히 숨긴다.③ 결국 이 같은 주류의사들과 주류학자들, 주류언론들의 노력의 결과로 ACSH는 장막 뒤에 은밀하게 몸을 숨긴 채 꾸준히, 그리고 강력하게 모든 원인을 담배로 돌리며 담배공포를 키워가고 있다. 그 결과 서서히 대중의 의식 속에는 ‘담배가 모든 질병의 원인’이라는 도그마가 굳게 새겨지면서 약, 가공식품, 건축자재, 의류 등에 함유되어 있는 각종 합성화학물질의 위험성은 잊혀져갔다.

특히 요즘에 와서 새롭게 폐암의 주요 원인으로 지목받고 있는 물질은 나노입자다. 자연에 존재하는 분자 크기의 10만분의 1로 작아진 나노입자는 쉽게 공기 중으로 기화되고 또한 바늘모양을 하고 있어 공기와 함께 폐에 흡입되면 제거가 불가능한 상태에서 폐암을 일으키는 것으로 밝혀지고 있다. 그러나 폐암은 공기로 흡입하여 폐에 들어가는 물질만이 원인은 아니다. 몸의 조직은 전체로 연결되어 있어 다른 조직을 통해 들어오는 물질로 인해

슘137과 코발트60 등의 방사선동위원소는 지구상에 존재하지 않는 물질로 핵폭탄과 원자력발전 과정에서 나오는 핵폐기물이며, 특히 코발트60은 암치료에도 쓰이는 강력한 독성의 에너지로 음식의 영양소뿐만 아니라 분자구조를 파괴하고, 육류의 DNA를 변형시켜 골수암, 폐암, 유방암 등을 유발시키는 것으로 알려져 있다.

식품에 방사선을 조사하면 2-ACB라는 물질이 생성되는데 이 물질은 DNA를 변형시키고 암세포의 증식을 촉진하는 것으로 밝혀졌다. 때문에 양심적인 비주류 의학자들은 방사선조사법이나 방사선 암치료 등은 핵폐기물을 처리하는 방법으로 핵산업을 보호하기 위해 인류를 희생물로 삼고 있다며 반대하고 있다. 반면 미국이나 우리나라에서는 ‘규제완화’ 정책에 의해 용어에 제한을 두지 않기 때문에 식품업체에서는 ‘방사선’이란 용어를 쓰지 않고 대부분 ‘파스퇴르 살균방식’ 또는 ‘저온살균’, ‘이온화 식품’이라는 용어를 쓴다.

③ 나오미 오레스케스 등이 지은 ‘의혹을 팝니다.’(미지북스 발행)에서 지은이는 담배업계의 방어전략, 냉전, 살충제, 오존층 파괴 등이 정치적으로 폐기되는 과정 등을 다루지만 결국 이러한 현상들을 담배업계와 손을 잡은 TASSC 소속의 사이비 과학자들이 진실을 숨기려고 한다는 내용으로 이어진다. 반면 ACSH에 대해서는 단 한 마디도 언급하지 않는다. 브라이언 클레그가 지은 ‘괴짜생태학’(웅진지식하우스 발행), 매리언 네슬이 지은 ‘식품정치’(고려대학교 출판부), 크리스 무니가 지은 ‘과학전쟁’(한얼미디어 발행), 데이비드 마이클스가 지은 ‘청부과학’(이마고 발행), 데브라 데이비스가 지은 ‘대기오염, 그 죽음의 그림자(에코리브르 발행)’ 등에서도 TASSC를 통한 담배업계의 로비와 관심돌리기만 다루고 초거대 친산업 단체인 ACSH를 통한 로비와 거짓과학 만들기에 대해서는 철저히 감춘다.

면역체계가 무너질 때도 폐암이 발병할 수 있다. 때문에 나노입자인 티타늄이 함유된 자외선차단제를 통해 피부로 흡입되는 경우에도, 또한 식품첨가제 알루미늄실리케이트가 들어있는 샐러드소스를 통해 위장으로 들어오는 경우에도 면역체계를 파괴하면서 폐암을 유발할 수 있다.

ACSH는 2000년 12월에 '건강을 위한 결의안' 12가지를 발표한다. 첫째는 금연, 둘째는 금주, 일곱 번째는 에이즈예방 등을 말하지만 합성화학물질이나 가공식품, 약의 부작용, 유전자조작작물, 방사능 등에 대해서는 일체 언급하지 않는다. 오히려 ACSH의 회장이며 '정크푸드의 여왕'이라는 별명을 갖고 있는 엘리자베스 웰런④은 "합성화학물질이나 식품첨가제와 같이 과학적으로 입증되지 않은 위험성보다 과학적으로 증명된 금연과 금주 등에 집중해야만 건강을 유지할 수 있다."고 말한다. 심지어 그녀는 특정 기업으로부터 뇌물을 받고 각종 질병의 원인으로 지목되고 있는 인조지방인 올레스트라와, FDA가 위험성을 경고한 비만치료제 중 특정 제품은 안전하다고 주장해 물의를 일으키기도 했다. 화학업계, 제약업계, 식품업계, 무기업계 등을 옹호해 주는 댓가로 엘리자베스 웰런이 2003년 한 해 동안 받은 더러운 돈은 32만 7천 달러였다.[137] 그러나 그녀의 말과는 달리 담배가 건강에 해롭다는 것이 과학적으로 증명된 경우는 단 한 번도 없는 단지 가설일 뿐이다. 더구나 그 가설은 대부분이 전문 학술지가 아닌 일반 잡지를 통해 발표되고 인용되면서 증폭되어 간 것이다.

7장. 해를 가리려는 음모, 간접흡연!

1. 죽은 사람은 모두 간접흡연 때문이라고 하라.

반면 미국 등 전 세계적으로 흡연율이 계속 하락하지만 폐암 환자는 급증하고, 또한 폐암환자의 70퍼센트 이상이 비흡연자라는 사실이 밝혀지자 주류의사들과 화학업계, 제약업계, 식품업계, 원자력업계 등은 당황한다. 한 연구에 의하면 매년 폐암으로 사망하는 환자 22,000명 중에서 평생 한 번도 흡연을 하지 않은 환자는 15,000명이다. 이는 평균치일 뿐이고 발병자나 사망자는 매년 급등하고 있다. 특히 폐암은 시골보다 도시의 공업지역에 거주하는 사람들과 오랜 시간 도로에서 생활하는 트럭 운전수들에게서 높게 나타난다. 도로에는 벤젠, 아스팔트 등 유해물질이 가장 많은 곳이기 때문이다. 담배공포가 시작되는 1950년부터 1995년 사이에 여성의 폐암에 의한 사망률은 5배 증가했다. 특히 1999년 미국에서는 유방암으로 사망한 여성의 수보다 폐암으로 사망한 여성의 수가 23,000명 더 많았고, 2000년에는 여성의 폐암사망자가 유방암 사망자 보다 1.5배 많은 68,000명이었다. 특히 만성폐쇄성 폐질환(COPD)은 85퍼센트가 비흡연자에게서 발병하고 흡연자에게서는 단지 15퍼센

④ '화학기업의 옹호자'라는 별명을 갖고 있는 C. 에버릿 쿠프와 함께 1978년에 초거대 단체인 ACSH를 설립하고 30년 이상을 둘이 교대로 이사장으로 있으면서 담배가 폐암의 원인이라는 리처드 돌의 주장을 대중에게 주입하는데 앞장선다. 하버드 대학교 보건학과 교수로 있던 웰런은 1973년과 1976년에 제약회사 화이자 등의 의뢰를 받고 "질병은 약으로 치료해야 하고 음식으로는 치료할 수 없다.", "트랜스지방은 가장 안전한 지방으로 많은 질병을 예방해준다."는 내용의 책을 비롯해 화학기업을 옹호하는 23권의 책을 발표했다. 그녀는 근본주의 청교도 입장에서 철저히 제약회사, 식품회사, 무기회사, 화학회사를 옹호하는 강경 보수주의 입장을 견지하며 "우리가 화학물질 생산을 중단하면 인류의 생활수준을 하락시켜 더 많은 빈곤과 전반적인 의료혜택의 축소를 가져올 것이다."고 주장한다.

그러면서 "환경오염이라는 거짓된 공포를 확산시키지 마라."고 수시로 환경운동가들에게 강력히 경고한다. 질병의 원인을 늘려 병원 치료를 더 많이 받는 것을 그녀는 복지라고 판단한 것이다. 그녀는 담배회사에 대해 무리하게 추진하는 법적 소송을 모두 그녀의 남편인 스티븐 T. 웰런이 운영하는 법률회사 '아틀랜틱 법률회사'에 의뢰함으로 남편을 억만장자로 만들어준다. 그녀의 활동은 집필, 언론 등을 통해 전적으로 "담배가 모든 암의 원인"이라는 ACSH의 주장을 알리는데 주력한다.

트만이 발병한다.[138)]

이렇게 급증하는 비흡연자의 폐암사망자 문제에 대응하기 위해 ACSH 등은 세계보건기구, 미국심장협회, 미국폐협회, 미국암협회 같은 주류단체에 재정을 지원하며 전 세계적으로 매년 300만 명이 간접흡연 때문에 폐암으로 사망한다고 발표한다. 간접흡연으로의 확전이 시작되는 순간이다. 그러나 중요한 사실은 이 같은 간접흡연의 위험성을 경고하는 논문들이 모두 제약화사와 화합회사가 재정을 지원한 것이며 또한 설문조사에 의해 이뤄졌다는 것이다.[139)] 즉, 폐암에 걸린 환자들에게 '과거에 흡연한 사실이 있는지'를 묻는 형식의 설문 말이다. 그리고 많은 논문은 화학회사가 책상에 앉아 대필하고 주류의사들이 더러운 돈을 받고 이름만 빌려준 것이었다.

1981년 히라야마 다케시에 의해 처음으로 간접흡연의 위험성을 경고하는 통계조사⑤가 발표되고 5년 후인 1986년 ACSH 회장인 C. 에버릿 쿠프⑥는 간접흡연의 유해성을 경고하며 "매년 간접흡연으로 사망하는 심장병 환자는 4만 명 이상이 된다."고 하자 이에 호응한 주류의사들이 계속 이 논문을 인용하여, 간접흡연의 위험성을 부추기고 공포를 더욱 키워간다. 이런 맥락에서 1999년 미국암협회는 매년 53,000명이 간접흡연으로 죽어간다고 발표한다. 이 발표는 1957년에 발표한 내용을 조금 수정한 것으로, 역시 조금 수정해서 2003년과 2005년에도 되풀이 발표한다. 이어 1992년 윌리엄 레일리가 이끄는 환경보호청(NIH)을 중심으로 한 주류의사들은 매년 캘리포니아에서 발생하는 20퍼센트의 저체중 신생아와 2,700건의 유아돌연사증후군(SIDS), 그리고 매년 3,000여 명의 금연자들이 폐암으로 사망하는 원인을 간접흡연이 원인이라고 한다. 매년 15만~30만 명에 이르는 어린이 폐렴의 원인도, 20만~100만 명에 이르는 아동 천식도 간접흡연이 원인이라고 한다. 그러면서 그들은 간접흡연을 1급 발암물질로 규정했다.[140)]

---

⑤ 일본 국립암연구소 수석연구원인 그녀는 29개 지역의 540명을 대상으로 14년에 걸쳐 수행한 통계조사로, 흡연자 남편을 둔 여성이 비흡연자 남편을 둔 여성에 비해 폐암 사망률이 훨씬 높다고 한다.

⑥ 1999년 6월 22일, 「미국과학건강위원회(ACSH)」를 이끌며 담배공포와 에이즈공포를 확산시키고 화학물질의 위험성을 은폐하는 데 앞장섰던 보건복지부 장관 C. 애버릿 쿠프는 "소비자들은 플라스틱으로 만든 장난감과 병원도구를 안전하다고 믿으셔도 됩니다. 그런 물건이 아이들이나 어른들에게 해를 미친다는 과학적 증거가 없습니다. 플라스틱과 같은 비생체 물질은 어른보다 아이들에게서 훨씬 빨리 몸 밖으로 배출되기 때문에 아이들에게는 특히 해롭지 않습니다."라며 화학업계를 옹호한다. 이에 대해 비주류 과학자들은 과학적인 연구 자료들을 제시하며 강하게 반발했다. 쿠프는 '화학물질의 수호자'라는 오명을 갖고 있는 근본주의 청교도 계통의 억만장자다.

플라스틱에는 1급 발암물질인 '프탈레이트' 등이 들어있어 아이들의 입으로 들어갈 때에는 치명적이다. 프탈레이트는 플라스틱이나 화장품, 향수, 염색약, 손톱광택제 등을 부드럽게 해주는 작용을 하는데 유방암이나 기형아의 원인임이 확인된 물질이다. 이이들은 아직 면역체계가 완전히 형성되지 않은 상태이기 때문에 화학물질이 환경호르몬으로 작용하면 평생 동안 고통을 당할 수 있다. 콩 등 식물에서 발견되는 천연호르몬은 수명이 짧아 빨리 몸 밖으로 배출되는 데 반해 DDT와 같은 합성화학물질은 오랫동안 체내의 지방층에 축적된다. 프탈레이트는 적은 열에도 쉽게 녹아 흐르기 때문에 아이들이 입으로 가져갈 때 특히 위험하다. 이 때문에 유럽연합은 2005년부터 젖병이나 장난감 등 어린이가 이용하는 제품에는 프탈레이트 사용을 금지했지만 미국에서는 규제완화 정책에 의해 기업이 자발적으로 사용하지 말 것을 요구하다가 결국 시민단체의 끈질긴 도전 끝에 2008년에 0.1퍼센트 이상 사용하는 것을 금지하고 있다.

이후 쿠프는 그가 보건복지부 장관으로 재임하던 당시 '쉐링플로회사'가 특허를 갖고 생산하는 클래리틴의 특허 기간을 부당하게 연장해준 댓가로 이 회사로부터 100만 달러를 받은 것이 밝혀지기도 했다. 그는 그뿐 아니라 생명에 치명적인 부작용을 일으키는 '라텍스' 장갑이 인체에 전혀 영향을 미치지 않는다는 내용의 논문에 이름을 빌려준 댓가로 라텍스회사로부터 65만 6,250달러를 받은 사실도 확인됐다.

라텍스는 천연고무보다 훨씬 가격이 싼 화학고무로 비닐장갑, 콘돔 등을 만들 때 쓰이며 알레르기와 천식, 갑상선암 등을 유발하는 것으로 확인됐다. 최근에는 라텍스가 물건을 밀착시키는 성질이 있음을 이용해서 식품포장지로도 널리 사용되고 있다. 이 때문에 시민단체들은 라텍스의 함량을 표기하도록 요구하고 있다. 또한 그가 1998년에 개설한 의료사이트 healthcentral.com에 게시된 치료내용, 추천 의약품, 임상실험 등은 대부분 제약회사 광고문에 실렸던 내용으로 확인돼 파문을 일으키기도 했다.

사실 유아돌연사에 관한 연구에 의하면 미국에서 생후 1년 이내에 접종하는 백신이 늘어나면서 1997년 이전에는 유아사망률이 세계 34위에서 천연두 백신접종을 강제로 실시한 1997년 이후에는 22위로 급등했다. 매년 53,000여 명의 신생아가 출생 후 원인을 모른 채 죽어가고 있다. 부검 결과 사망원인을 찾아내지 못하는 경우에는 모두 유아돌연사(SIDS)라는 결론을 내리며 그 원인을 대부분 부모의 흡연 또는 침대에 엎드려 잠을 자다가 질식사한 것으로 결론을 내린다. 그러나 중요한 사실은 유아돌연사의 90퍼센트는 백신접종이 집중되는 시기인 생후 6개월 이전의 유아에게 발생하며 게다가 미국에 백신이 도입되던 1950년대 이전에는 SIDS가 존재하지 않았다는 것이다. 백신 도입 초기인 1953년에는 1,000명당 2.5명의 SIDS가 발생한 반면 백신접종이 유행하던 1992년에는 1,000명당 17.9명으로 증가했다. 일본은 유아 백신 접종 연령을 출생 후 2개월부터 2년 사이로 상향조정함으로 SIDS 비율을 크게 떨어뜨렸다.[141]

2. 그냥 해본 소리들.

쿠프가 간접흡연의 위험을 경고하기 1년 전인 1985년 루이지애나 주립대의 엘리자베스 폰섬은 국립암연구회의 지원을 받아 간접흡연의 위험성에 관해 연구했는데 그녀 역시 이미 결론을 내리고 이에 맞는 과학적 자료를 찾는 방법을 택했다. 그녀의 연구 결과는 “남편이 흡연자인 비흡연 여성의 폐암 발병률은 배우자 둘 다 비흡연자인 경우보다 30퍼센트나 높고, 직장이나 집 밖의 장소에서 흡입하는 담배연기는 폐암 발병률을 50퍼센트나 높인다.”는 내용이었다. 이에 대해 다른 학자들이 연구 진행과정에 의문을 품고 자료를 공개할 것을 요구했으나 그녀는 끝내 자료공개를 거부한다. 이 사건을 계기로 ‘국가기관이 지원한 연구 자료는 공개할 의무가 있다.’는 ‘셸비 법안’이 통과된다.[142]

그러나 이 연구는 1981년에 일본의 히라야마 다케시가 비흡연자인 여성이 흡연자인 남성과 비슷한 비율로 폐암에 걸리는 이유를 밝히기 위해 연구한 논문을 그대로 베낀 것이었다. 그들이 제시한 수치는 아무런 과학적 증거 없이 그냥 해본 소리였다. 마치 1960년대 레이첼 카슨이 오랜 기간 동안의 연구를 통해 DDT의 위험성을 경고해 마침내 1972년에 DDT의 사용이 금지되자, 화학회사가 주류의사들을 동원해 “카슨 때문에 미국에서만 매년 500만 명의 어린이가 말라리아로 죽어간다.”며 카슨을 비판했을 때와 비슷했다. ACSH 소속 주류의사들은 지금도 “카슨 때문에 아프리카에서 매년 1,000만 명이 말라리아로 죽어간다.”며 DDT의 합법화를 주장하고 있다. 카슨이 나서기 전에 세계보건기구의 전신인 국제연맹 산하의 보건기구 총장도 DDT의 위험성을 인식하고 사용 자제를 촉구했다가 공산주의자로 몰려 사임하기도 했다. 화학회사의 미움을 샀기 때문이다.[143] 간접흡연공포를 과장하던 1980년대는 모든 TV나 라디오, 신문, 잡지 등은 연일 “흡연과 간접흡연이 암의 원인이다.”는 기사로 흡연자를 범죄자로 매도하며 대중들의 의식 속으로 깊이 파고들던 시기다. 이런 영향으로 당뇨병, 고혈압, 뇌졸중, 심장질환, 골다공증, 비만 등 모든 질병의 원인은 담배가 원인으로 지적되며 약과 가공식품, 건축자재, 일상용품 등에 포함되어 있는 합성화학물질의 위험은 철저히 숨겨졌다.

이런 맥락에서 ACSH 소속 주류의사들은 2008년에 “많은 과학적 연구에 의하면 담배가 폐암을 비롯해 비만, 당뇨병, 관절염 등 모든 질병의 원인이고, 벤젠, 비스페놀A, 약물, 백신에 들어 있는 수은 등 합성화학물질은 건강에 아무런 해를 미치지 않는다. 비흡연자인 어린이나 여성도 폐암에 많이 걸리는 까닭은 그들이 자동차 안에 있는 시간보다 흡연자인 아버지(남편)와 실내에서 생활하는 시간이 더 많기 때문으로 밝혀졌다.”는 연구 자료들을 학술

지가 아닌 신문, 방송, 잡지 등을 통해 계속 발표한다. 거대한 조직과 자금력으로 뒷받침하는 그들은 계속해서 관심돌리기 전략으로 어린이와 동승한 경우에는 자동차 내에서의 흡연을 법으로 규제해야 한다고 주장한다. 현재 이러한 법안은 미국과 캐나다의 자치도시들에서 통과되고 있다. 더군다나 그들은 5년 동안 수많은 사람들을 심장마비로 죽음으로 몰고 가 5년 만에 시판 금지된 관절염치료제 비옥스도 옹호하면서 심장마비로 죽은 환자들은 비옥스의 부작용 때문이 아니라 흡연 때문이었다고 한다.[144]

조지워싱턴 대학교 환경과학부 교수인 데이비드 마이클스도 미국에서 흡연으로 매년 40만 명 이상이 죽어가며, 매년 1,570억 달러의 경제적 손실을 낸다고 한다. 또한 애모리대학의 역학교수인 멜빈 코너는 "미국에서는 해마다 35만 명이, 유럽에서는 50만 명이 간접흡연으로 사망한다."고 마이클스의 주장을 더욱 확대시킨다.[145] 그러나 폰섬이 제시하는 30퍼센트나 50퍼센트란 수치, 그리고 마이클스가 제시하는 40만 명이나 1,570억 달러라는 수치, 코너의 수치 등도 역시 아무런 과학적 자료 없이 그냥 해본 소리였다.

그러나 이 같은 음모는 양심적인 학자들에 의해 조금씩 세상에 알려지기도 한다. 2001년 미국에서 가장 큰 소비자단체인 '공공시민단체(Public Citizen)은 ACSH 소속 주류의사들이 많이 배치돼 있는 하버드대학의 '위험분석센터'가 몬산토, 듀퐁, 다우, 엑슨 모빌 등 화학회사, 노바티스 등 100여개 기업으로부터 재정지원을 받으며 합성화학물질의 위험성을 은폐하는 작업을 해 왔음을 공개했다. 이에 의하면 부시 대통령이 하버드대학에서 위험분석센터를 설립하고 운영해온 존 그래엄을 환경과 공중위생에 막강한 권한을 행사할 수 있는 예산국장으로 임명했다고 한다. 반면 위험분석센터에서는 지금까지 행해온 것보다 더 강력하게 기업들이 원하는 방향으로 살충제, PCB, 염소, 휘발유 등의 위험성을 은폐하고, 담배, 운전 중 휴대폰 사용 등의 위험성, 에어백의 안전성 등을 강조하며 대중의 관심을 합성화학물질로부터 다른 곳으로 돌리고 규제완화정책을 위한 연구들을 수행해 줄 것을 약속했다고 한다.[146]

8장. 진실한 목소리.

반면 힐과 돌의 연구가 발표된 후인 1955년에 퍼시 스톡스와 존 캠벨은 영국 노스웨일스와 리버풀에서 폐암으로 죽어가는 남자들을 대상으로 조사를 하고 결과를 발표한다. 이에 의하면 공해가 심한 지역의 비흡연자들이 폐암으로 사망하는 비율이, 공기가 깨끗한 지역의 흡연자들에 비해 10배나 높다는 사실을 밝혀낸다. 그리고 1958년에 미국암학회 소속의 퀼러 해먼드와 해럴드 돈이 미국의 퇴역군인 18만 7,783명을 대상으로 44개월 동안 실시한 조사에서는 도시 거주자들의 폐암 사망률이 농촌 지역 거주자에 비해 2.5배나 된다는 사실도 밝혀낸다. 그 후 세계보건기구에 의해 1959년, 1966년, 1970년, 1973년, 1979년에 스웨덴, 노르웨이, 덴마크 등 20개국에서 퍼시와 스톡스의 연구를 기초로 다시 연구가 진행됐고 그 결과는 역시 대기오염이나 가공식품 등이 폐암의 주요 원인임을 밝혀냈다. 1968년 뉴욕 주 보건부의 워런 윙클스타인은 뉴욕 주 버펄로 일대의 21개 지역을 조사한 결과 공기가 더러운 지역의 폐질환 사망자 수가 깨끗한 지역에 비해 2배 이상 높다는 사실을 발견했다. 그러나 이 연구들은 화학업계의 재정지원을 받는 주류의사들의 집중적인 공격과 주류언론의 방해로 일반 대중에게 공개되지 않았다.[147]

1960년대에 카네기 멜런 대학의 레스터 레이브 교수는 그의 제자 유진 세스킨과 함께 1950년대부터 1970년대까지 각 지역에서 사망한 사람들의 사망원인에 대한 자료를 수집하고 분석했다. 그들은 수 만 건의 자료를 나이, 성별, 소득, 일의 내용, 거주지의 공해 정도,

흡연 유무와 흡연량의 정도 등 다양한 비교군을 만들어 정밀하게 조사했다. 그리고 그 결과를 1974년에 논문으로 발표하려다 금지된다. 주류의사들이 그들의 연구를 집중적으로 비난했고, 대학 당국은 책을 출간하지 못하도록 협박했다. “의학 연구를 통계학을 이용해 비교한 것은 개인의 생물학적 특수성을 무시한 것이므로 과학적 가치가 없는 쓰레기과학”이라는 것이다. 그들은 몇 년 전까지만 해도 힐과 돌, 쿠프, 웰런 등이 통계를 이용하여 “암의 원인은 담배이고 석면, 다이옥신, 벤젠, DDT 등은 암의 원인이 아니다.”라는 연구 결과를 발표했을 때는 그것을 극찬하며 자신들의 연구에 비판 없이 인용했던 사람들이다.

그러면 레이브 팀이 발표하려던 내용은 무엇이었을까? 바로 스톡스와 캠벨, 해먼드, 돈의 연구와 마찬가지로 “대기오염, 플라스틱, 농약, 의약품 등 환경호르몬으로 작용하는 물질들이 폐암 등 각종 질병의 원인이다. 담배는 거의 영향을 미치지 않는다.”는 것이었다. 그들에 의하면 흡연자이든 비흡연자이든 상관없이 도시 거주자가 폐암으로 사망할 위험이 시골 거주자에 비해 두 배 이상 높다는 것이다. 결국 레이브는 몇 년의 재조사를 거친 후에 1977년에 「대기오염과 인간의 건강(Air Pollution and Human Health)」이란 제목의 책으로 출판한다. 그러나 결국 그들은 대학에서 해고되고 후속 연구는 중단된다.[148)]

반면 ACSH가 설립된 다음해인 1979년, 6년에 걸쳐 록펠러대학교, 하버드대학교, 코네티컷대학교, 캘리포니아대학교, 워싱턴대학교 및 슬론캐터링연구소 등이 참여하고 4,500만 달러를 투입하여 ‘암, 심장병, 당뇨병 등’에 관한 거대한 프로젝트가 실시된다. 이 연구의 결과 흡연자의 98퍼센트는 폐암에 걸리지 않으며, 오히려 많은 비흡연자들이 폐암에 걸린다는 사실을 확인했다. 결국 흡연이 폐암을 비롯해 심혈관질환의 원인이 된다는 것은 단지 가설에 불과하다며, 오히려 니코틴 등의 항산화제의 활성적용 때문에 흡연자가 비흡연자에 비해 심혈관질환이 훨씬 적게 나타난다고 한다. 또한 비흡연자가 간접흡연에 노출되어 질병이 발생할 위험이 있다는 것도 전혀 과학적으로는 밝혀지지 않았다며, 니코틴은 천연의 물질이기 때문에 체내에 축적되지 않고 바로 배출된다고 한다. 또한 타르는 담배에서 거의 검출되지 않으며, 금연자들이 주장하는 담배가 쥐에게서 암을 일으켰다는 1953년의 연구는 단지 실험실에서 응축과정을 통해 합성해낸 고농도의 합성 타르이지 담배에 함유된 천연의 타르가 아니라고 한다. 결국 이 연구는 “암의 90퍼센트는 합성화학물질에 의해 발병함에도 불구하고 주류의사들이 연간 2,000만 달러의 연방정부 연구비와 그의 몇 십 배에 달하는 기업지원비를 쓰면서 ‘암의 원인은 담배’라는, 사실과 다른 거짓 방향으로 연구함으로써 진짜 암의 원인을 찾아내는데 의학이 눈을 돌리게 된다.”⑦고 지적한다.[149)]

반면 1990년대 초반 세계보건기구(WHO)와 미 환경보호청(EPA)은 미국, 영국, 캐나다 등 7개국에서 7년간 막대한 재정을 투입하며 간접흡연과 폐암의 연관성을 연구했지만 아무런 과학적인 증거를 찾지 못하고 종결한다. 이 연구와 관련해 WHO에서 1998년 3월 9일에 보도자료를 통해 발표한 결론은 이렇다. “간접흡연이 각종 질병을 유발한다는 주장은 전혀 과학적인 근거가 없으며 사실이 아니다.” 한편 1988년 유럽 8개국에서 건강한 사람 1,542명과 폐암환자 650명을 대상으로 실시한 연구에서도, 방안이나 사무실에서 담배연기로 인해 폐암발병률이 증가할 위험성은 1.16퍼센트로 통계적 의미가 없음이 밝혀졌다.[150)] 의학적

---

⑦ 대기오염을 전문으로 다루는 기자인 댄 페이진은 그의 책 '독성사기(Toxic Deception)'에서 1급 발암물질인 독성의 알라클로르, 아트라진, 포름알데히드, 퍼클로로에틸렌 등 4가지 합성화학물질의 안정성을 다룬 논문 중 1989년부터 1995년 사이에 화학기업의 재정지원을 받고 진행된 43편을 검토했다. 그 중 32편이 이들 합성화학물질은 인체에 아무런 암을 일으키지 않는다는 결론을 내렸고, 5편은 입장 표명을 유보했고, 6편(14퍼센트)만이 인체에 미미하게 암을 유발시킨다는 결론을 내렸다고 한다.

통계에서 일반적으로 5퍼센트 미만은 의미가 없는 것으로 간주한다.

이어 2003년 11월, 네덜란드 국립보건원(DHB)의 헨리 스튜먼 연구팀은 “네덜란드에서 매년 수만 명이 흡연으로, 그리고 매년 수천 명이 간접흡연으로 사망한다는 주장은 단지 정치적인 의도를 가진 제약회사와 화학회사의 주장일 뿐이며, 이는 근거 없이 과학적 가면을 쓰고 만들어내는 과학적 사기다. 간접흡연자의 흡연양은 직접흡연자에 비해 1,000분의 1에도 미치지 못하기 때문에 질병과의 인과관계는 통계적으로 의미가 없고, ‘흡연이 암을 유발한다.’는 가설은 과학적인 인과관계를 확인할 수 없다.”고 발표했다.[151] 담배가 폐암을 유발한다는 사실도 과학적인 증거가 없는 가설에 불과한데, 흡연자의 1,000분의 1도 되지 않는 양의 연기를 흡입하는 간접흡연자에게 담배연기가 폐암을 유발한다는 주장은 그냥 3류 소설이라는 것이다. 물론 이러한 기사들은 주류의사들과 주류언론의 방해로 우리나라에서는 일체 보도되지 않았다.

9장. 전쟁의 최대 수익자는 주류의사!

그러나 1990년대가 되면서 양심적인 비주류 의사들의 계속되는 연구로 레이브와 세스킨의 연구가 과학적으로 우수한 연구였고 몬산토 등 화학기업의 재정지원을 받고 수행한 힐, 돌, 쿠프 등의 연구가 거짓임이 밝혀진다. 특히 하우프트만은 노동자 2만 6,000명을 30년간 추적 조사한 연구결과를 2003년 11월 「암연구저널」에 발표했는데, 이에 의하면 “방부제, 살균제 및 사진필름제조와 생화학실험 등에 널리 쓰이는 포름알데히드가 폐암과 백혈병의 주요 원인”이라며 산업체에서 화학물질의 사용을 억제할 것을 촉구했다. 포름알데히드는 1970년대까지 마취제로 가장 많이 사용된 합성화학물질이다. 한편 영국의 제약 전문 저널리스트인 재키로는 브레드퍼드 힐과 리차드 돌이 “폐암의 원인은 담배”라는 결론을 내리고 연구를 진행한 데 대해 “그들이 결론을 내린 지 어언 수십 년이 지났지만 오늘날 그 나머지 그림 맞추기 조각들이 맞아 떨어지는 경우는 극히 드물다.”며 그 허구를 지적했다.[152] 암의 원인을 담배와 술로 돌리려는 것은 암의 해결책을 찾으려는 진정한 과학이 아니라는 것이다.

미국 환경보호청(EPA)에 의한 연구에서도 2009년 현재 100만 명당 평균 36명꼴로 대기오염에 의한 발암위험에 노출되어 있다고 한다. 특히 로스엔젤레스, 뉴욕, 시카고, 피츠버그와 같은 대도시에서는 100만 명당 평균 100명꼴로 암이 발병할 위험에 놓여 있다고 한다. 이는 자동차, 건설기계, 주유소, 세탁소 등이 밀집돼 있어 이곳에서 발생하는 환경오염물질 때문이라고 한다. 반면 자동차나 공장 등이 적은 농촌 지역인 와이오밍, 몬태나, 네브래스카, 다코다 등의 지역에 사는 사람들은 암 발병위험이 극히 적다는 사실을 확인했다.[153]

이는 미국 정부가 직접 대기오염 속에 함유되어 있는 벤젠 등 합성발암물질이 암의 가장 중요한 원인임을 인정한 것이다. 휘발유에 함유돼 있는 벤젠은 폐암을 가장 크게 일으키는 1급 발암물질이다. 세탁소에서 드라이크리닝과 같은 얼룩제거제 또는 화장품에서 피부의 기름제거제 등으로 사용되고 있는 퍼클로로에틸렌이나 의류를 살균 처리하는 데 사용하는 DDT도 폐로 들어오면 쉽게 폐암을 유발시키는 1급 발암물질이다. 플라스틱이나 비닐에 함유되어 있는 염화비닐 분자는 대기로 방출됐다가 호흡을 통해 폐로 들어와 폐암을 일으키는 1급 발암물질이다. 이러한 1급 발암물질들은 폐기과정에서 또한 폐암을 일으키는 강력한 1급 발암물질인 다이옥신을 방출한다. 질소산화물과 벤젠이 자외선과 결합할 때 생성되는 오존은 성층권에서는 자외선을 막아주는 긍정적 기능도 하지만 지표면에서의 오존은 치명적으

로 폐를 파괴하는 가장 유해한 물질 중 하나다.

의도된 목적으로 인해 합리와 이성을 잃은 집단사고가 한번 형성되면 이를 지적하고 바로 잡기란 쉽지 않다. 집단은 오류에 대한 책임을 분산시키기 때문에 자료의 왜곡, 조작, 은폐가 일어나기 쉽다. 따라서 집단사고가 만들어지는 과정에서 그 사고의 타당성은 근거로 작용하지 못한다. 미국식 청교도 이데올로기는 담배공포를 거대한 집단사고로 만들었고 주류의사들에 의해 정통 의학 교리가 되었다. 가설이 과학적 증거들을 통해 입증되면 법칙이 되고, 이것이 논란의 여지가 없을 정도로 확고해지면 이론으로 발전한다. 그러나 가설이 과학적으로 입증되지 않으면 폐기되어야 한다. 정치나 종교, 경영, 철학 등 관념의 세계에서는 사실이 존재하지 않기 때문에 관찰 각도에 따라 다양한 가설이 존재할 수 있다. 그러나 과학은 사실의 세계이기 때문에 '이것도 옳고, 저것도 옳다.'라는 말은 타당하지 않다. 때문에 '담배가 폐암을 비롯한 모든 암의 원인'이라는 가설이 어떠한 과학적인 연구로도 입증된 적이 없는데도 폐기되지 않고 현재까지 미국식 교육을 주입받은 사람들의 의식 속에 확고히 자리 잡고 있는 까닭은 그것이 이데올로기이기 때문이다. 즉, '담배와 알코올이 모든 질병의 원인이다.'라는 교리는 '청교도식 이데올로기'이지 과학이 아니다. 담배 이데올로기는 어떠한 연구로도 증명되지 않았지만 폐기되지 않고 오히려 끝없이 확산되면서 합성화학물질의 위험성을 가리고 있다.

이 때문에 미국에서는 전체 질병연구 예산의 50퍼센트가 암 연구에 투여되지만, 폐암은 청교도 교리에 어긋나는 행동을 한 사람들에게 걸리는 질병이라는 편견으로 인해 폐암 연구에 투여되는 예산은 유방암 연구 예산의 10분의 1에도 미치지 못한다. 예컨대 2006년 기준으로 볼 때 폐암으로 사망한 환자는 162,460명이고, 유방암으로 사망한 환자는 41,430명이지만 폐암 연구 예산은 2억 6,500만 달러가 책정된 반면 유방암 연구 예산은 5억 5,700만 달러가 책정됐다.[154] 폐암 연구 예산을 낮게 책정하는 까닭은 폐암 연구가 깊이 진행될 경우 폐암의 진짜 원인이 밝혀질 수 있고 그러면 관심돌리기 전략에 차질이 빚어지기 때문이다.

담배공포 사건은 50년 간 계속된, 역사상 전무후무했던 과학자들 사이의 치열한 전쟁이었다. 미국건강과학위원회(ACSH)는 석유, 화학, 핵산업계로부터 더러운 돈을 받으며 거짓 과학을 설파했고, 건전과학진보연대(TASSC)는 담배업계로부터 더러운 돈을 받으며 거짓 과학을 설파했다. 이런 시나리오에 의해 주류의사들은 싸움이 길어지고, 깊어질수록 돈의 액수가 늘어나는 것에 대해 즐거워했다. 게다가 화학업계로부터 선택받지 못한 보통의 주류의사들도 암의 진짜 원인이 숨겨지면서 암환자는 급증하고 따라서 그들의 고객은 늘어났다. '암환자는 주류의사들에게 가장 큰 수입원이기 때문이다.' 이 같이 돌이 몬산토로부터 자금지원을 받으면서 연구했던 논문의 내용은 객관성을 상실한 조작된 연구였음에도 산업계와 주류의사들이 무비판적으로 계속 인용하면서 50여 년간 절대적인 의학 교리로 받아들여졌다.

이런 과정은 1996년 하버드 대학의 연구에서도 돌의 연구와 유사한 결과가 도출되었고, 1998년에는 리처드 돌에 의해서 다시 한 번 주장되었다. 통계와 조작에 의한 돌의 연구결과는 2004년까지 전 세계적으로 약 400편 이상의 학술논문과 잡지, 신문에 인용되었고 수많은 재판에서 증거로 채택됐다. 같은 진영에 있는 주류의사들이 논문에서 서로 인용하면서 권위를 높여줬던 것이다. 서로 약간의 수치가 다르기는 하지만 대부분의 내용은 "암의 원인은 30퍼센트가 담배, 술이 27퍼센트, 음식이 35퍼센트, 섹스가 5퍼센트인 반면 벤젠, 다이

옥신, 석면 등 합성화학물질은 2퍼센트 정도에 불과하며, 의사에게 정기검진을 받으면 암에서 해방될 수 있다."는 것이다.[155] 그러나 수많은 연구에 의하면 정기검진은 조기사망을 불러올 뿐이다.⑧ 결국 재산 잃고 생명 잃고...

10장. 담배소송.

담배논쟁이 한창이던 1998년 미연방법원의 윌리엄 오스틴 판사는 간접흡연 피해자 유가족들이 제기한 손해배상청구사건에서 "'간접흡연이 암과 조기사망의 원인이다.'라는 지금까지의 의사들의 주장은 아무런 증거가 없는 최대의 과학적 사기로 밝혀졌으며 따라서 국립환경청(EPA)이 간접흡연을 1급 발암물질로 설정한 것은 부당하다."고 판결하고 청구를 기각했다. 그 후 2004년, 미국에서 있었던 담배로 인한 폐암 발생 환자들에 의해 제기됐던 '미국 대 필립모리스 사건'에서, 리처드 돌은 영국에서 미국으로 건너가 원고의 증인 자격으로 법정에 출석하여 담배가 폐암의 원인이 된다는 증거들을 제출한다. 결국 이 재판에서 거대한 손해배상을 이끌어 냈다. 그러나 2005년 그가 죽은 후에 지금까지 그가 진행했다는 실험들이 거짓으로 밝혀지고, 그가 수십 년간 화학회사인 몬산토의 비밀직원이었음이 드러나면서, "담배가 암을 유발한다는 과학적인 증거가 없다."는 이유로 2007년 연방대법원에서는 원고패소 판결로 소송을 끝낸다. 리처드 돌이 사망하기 전인 1998년, 뉴욕 주를 포함해 미국의 46개 주가 공동으로 담배회사를 상대로 제기한 소송에서는 원고 승소로 2,860억 달러의 배상금을 지불받았고, 텍사스 주가 단독으로 제기한 소송에서는 1,530억 달러의 배상금을 지불받았다. 그러나 2000년대 이후 '폐암을 비롯한 각종 질병의 원인은 담배'라는 연구논문들이 대부분 거짓 연구라는 사실이 밝혀지면서 이후에는 모든 소송에서 원고가 패소하게 된다.[156]

우리나라에서도 1999년 9월에 담배소송이 제기됐으나 2007년 "폐암과 담배와의 인과관계가 인정되지 않는다."는 이유로 원고 패소판결이 났고, 이어서 원고들은 항소했지만, 2011년 2월 15일 항소심 법원 역시 원고패소판결을 내렸다. 항소심은 "폐암과 담배와의 일반적인 인과관계는 인정되지만 개별적인 인과관계는 인정되지 않는다."고 패소 이유를 설명했다. 다시 말해 "담배가 폐암을 유발한다."는 주장에 대해 상관관계(가능성)는 인정되지만 인과관계(과학적 증거)는 인정되지 않는다는 말이다. 우리나라에서 1심 판결이 나기 1년 전인 2006년 2월 2일, 일본의 최고재판소도 "담배의 니코틴 등이 발암물질이라고 해도 다른 화학물질에 비해서는 그 정도가 월등히 낮고, 흡연은 개인의 습관이지 중독성을 인정할 수 없다."는 이유로 원고 패소판결을 내렸다.[157] 각종 만성질병의 원인을 담배로 원인을 돌리며 주류의사들이 주장하는 "담배는 중독성이 강한 마약이다."는 주장을 부정한 판결이다.

2003년도에 타일러 환경부문상을 수상했으며, 20년 이상 산업에서의 암 인자를 연구해오던, 세계적으로 유명한 옥스퍼드 대학교의 생리의학자인 리처드 돌(Richard Doll)은 그 기간 동안 화학회사로부터 비밀리에 자문료 명목으로 월급을 받아왔다.

"담배가 폐암의 원인이다."는 연구 결과를 수없이 발표해왔던 리처드 돌은 1980년대 중반부터 20년 이상 세계 최대의 화학기업이며 유전자조작 작물 특허의 95퍼센트 이상을 소유한 것으로 유명한 몬산토로부터 1일 1,500달러씩의 돈을 받아왔음이 밝혀졌다.

⑧ 필자의 저서 "병원에 가지 말아야 할 81가지 이유" 중 "조기검진 받으면 더 오래 살까"에서 자세히 다루고 있다.

그는 호주의 왕립학회로부터 의뢰를 받아 제출한 보고서에서, 몬산토에 의해 생산된 에이전트 오렌지(베트남전에서 미군에 의해 뿌려진 고엽제)의 암 유발 원인에 대해 "고엽제는 암의 원인이 되지 않음이 과학적으로 명백하다."고 주장했던 학자다.

리차드 돌은 WHO(세계보건기구)가 "암의 원인이 될 수 있다."고 결론을 내린 플라스틱에 대해서도 "대체적으로 암과 관련이 있다고 알려진 플라스틱에 사용되는 '비닐크롤라이드'도 간암과 무관하다."는 입장을 증언하는 댓가로 화학협회와 다우(Dow)사 및 ICI(영국석면회사)로부터 15,000파운드의 수수료를 받았고, 그의 보고서는 10년 이상 화학물질 옹호를 위한 기초로 많은 의사들에 의해 인용되었다.

가디언의 폭로로 리처드 돌의 명성은 무너졌고, "암은 현대인의 생활습관과 담배가 주로 원인이 되고, 합성화학물질에 의해서는 거의 영향을 받지 않는다."고 주장하며 그의 논문을 인용하고 그를 추종하던 의사들을 당혹스럽게 했다.

이런 사실들은 2005년도에 그가 죽은 후, 영국 옥스퍼드 대학에 있는 웰컴 파운데이션(Wellcome Foundation) 도서관 내의 그의 개인 보관함에서, 1979년 5월 10일부터 1986년 4월 29일까지 수수료 계약에 대해 그가 자필로 서명한 몬산토와의 계약서가 발견되면서 확인됐다. 그 후 재계약이 이뤄져 2000년대 초까지 계약은 계속된 것으로 알려졌다.

2006년 12월 8일. 영국 가디언(The Guardian)지.

대부분의 나라에서 담배세를 크게 올리고 수십 년간 국가와 화학회사의 재정지원을 받는 단체들이 집중적으로 금연 캠페인을 벌인 결과 영국의 경우 1950년에 성인 남성흡연자 비율이 95퍼센트에서 2001년 현재 30퍼센트로 흡연율이 3분의 1로 줄었지만, 폐암 환자수는 1950년 13,000명에서 2001년 37,500명으로 3배 증가했다. 미국, 일본이나 우리나라의 경우도 흡연자는 꾸준히 줄고 있지만 폐암 환자는 꾸준히 늘고 있다. 특히 미국은 흡연률과 음주율이 OECD 국가 중 최하위인 20퍼센트 정도지만 폐암, 위암, 유방암 등의 발병률은 세계 1위다. 우리나라의 경우 흡연율이 1994년 72.9퍼센트에서 2001년에는 56.7퍼센트로, 2003년에는 47.5퍼센트로, 2008년에는 20.6퍼센트로 꾸준히 줄었지만 폐암발병률은 꾸준히 늘고 있다.

규제완화라는 유령에 휩싸이지 않고 있는 이슬람 세계에서는 담배가 허용되기 때문에 어려서부터 자연스럽게 이용한다. 반면 술은 종교적인 이유로 법으로 엄격하게 금하고 있지만 알코올의 효능을 인정하기 때문에 치료에서 의사가 처방하는 경우에는 예외로 인정되고 있다. 이슬람 세계에서는 담배를 자유롭게 이용해도 암, 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 신부전증 등 서구의 만성질병이 거의 나타나지 않는 것으로 유명하다. 그 이유는 이슬람 세계에서는 거의 제약회사에서 합성화학물질로 만드는 약이나 가공식품을 거의 이용하지 않고 오랜 역사를 거치면서 전해 내려오는 전통적인 약초와 음식을 이용하기 때문이다. 반면 미국을 비롯해 미국식 사고에 젖어 있는 영국, 캐나다, 일본, 한국 등 합성화학물질로 만드는 약과 가공식품에 찌든 나라에서는 금연이란 광풍이 몰아쳐 대부분 공항이나, 식당, 관공서 등은 물론 거리, 공원도 금연으로 지정됐고, 공무원이나 사기업에서도 금연을 조건으로 채용하는 경우가 많다. 심지어 일부 기업에서는 정기적으로 직원들의 소변을 검사해 흡연이 확인되면 해고시키는 회사도 많다고 한다. 그러나 금연노력에도 불구하고 결과는 만성질병의 급증으

로 나타나고 있다.

전 세계 모든 주류의사들과 주류언론들은 급증하는 암, 심장질환 등 모든 질병의 원인이 담배라고 하지만 담배의 생산이나 이용 자체를 법으로 금하는 나라는 없다. 아니 주류의사나 주류언론은 담배의 생산이나 이용을 금지할 것을 주장한 사례가 단 한 번도 없다. 마약의 생산과 이용을 금하는 나라는 많지만... 담배를 법으로 금해 흡연자가 사라지면 합성화학물질의 실체가 드러나기 때문에 영원히 이를 감추기 위해서는 담배의 생산과 이용을 법으로 보장하여 일정 비율의 흡연자가 존재하는 것이 필요하다. 그런 상황에서 꾸준히 금연캠페인과 실내금연법, 거리금연법 등을 통해 담배공포를 이슈화하면서 대중의 관심을 합성화학물질로부터 담배로 돌리고 있는 것이다. 심지어 세계보건기구(WHO)는 매년 5월 31일을 “금연의 날”로 정해 각종 금연 행사를 하면서 담배공포를 조장하는데 한 몫을 하고 있다.

11장. 니코틴은 천연의 약이다.

주류의사들이 주장하는 근거는 예컨대 현재 치명적인 발암물질인 니트로사민, 다이옥신, 벤젠, 벤조피렌 등 60여 가지 이상의 발암물질이 담배에 들어있다는 것이다. 그러나 니트로사민이나 벤조피렌은 가공육의 방부제와 색을 선명하게 하는 용도로 쓰이는 합성화학물질인 아질산염이 단백질 분해산물인 아민과 고온에서 결합될 때 다량 생성되는 물질이다. 니트로사민이나 벤조피렌은 담배에서만 발견되는 물질이 아니라 모든 물질이 연소될 때 발생하며 특히 방부제를 사용하는 가공식품을 요리할 때는 수백 배 많이 발생한다. 중요한 사실은 담배, 나무, 종이 등이 탈 때 나오는 천연의 니트로사민이나 벤조피렌은 담배 등에 들어 있는 천연의 다른 성분들과 조화를 이루며 오히려 천연의 항암제 작용을 하는 물질이다. 니트로사민이나 벤조피렌이 발암물질이라는 것은 합성 니트로사민이나 합성 벤조피렌을 말하는 것이지 천연의 벤조피렌 등을 말하는 것이 아니다. 이렇게 전혀 다른 물질에 동일한 명칭을 사용하는 까닭은 합성과 천연을 구별하지 못하는 환원주의 과학 때문이기도 하고, 특히 중요한 사실은 용어에 혼동을 일으켜 합성화학물질의 위험성을 감추기 위한 음모다.

또 다이옥신 역시 모든 자연물질이 연소될 때 발생한다. 그러나 발암물질인 다이옥신은 합성화학물질인 플라스틱을 태울 때, 합성화학물질인 염소로 표백할 때 또는 고엽제에서 발생하는 합성물질이다. 자연물질에서 발생하는 천연의 다이옥신은 극미량이고 또한 천연의 화학물질이어서 다른 많은 성분들과 조화를 이루기 때문에 그 위험성은 없지만 가공식품 또는 합성화학물질에서 생성되는 다이옥신은 자연의 물질이 아닌 합성물질이고 그 양도 엄청나게 많으며 상호작용을 일으키지도 않는다. 일본의 연구에 의하면 담배 20개비에서 배출되는 다이옥신의 양은 16피코그램(1피코그램은 1조분의 1)으로 같은 양의 플라스틱을 태울 때나 살충제에서 배출되는 양의 10만분의 1도 되지 않는다.[158)]

그리고 담배에 들어있는 합성 비닐크롤라이드(염소), 나프탈아민, 니켈, 벤젠 등 발암물질은 담배에 고유하게 들어 있는 물질이 아니다. 이런 물질들은 비료, 살충제, 제초제 등 합성화학물질을 경작과정과 제조과정에서 사용하기 때문에 들어가는 것이다. 따라서 이러한 발암물질은 담배뿐만 아니라 다른 대부분의 농작물이나 가공식품에도 동일하게 함유되어 있다. 자연계에 존재하는 다이옥신 양의 1만 배 이상이 합성화학물질에서 나오고 우리 몸속으로 들어오는 합성 다이옥신, 비스페놀A, 프탈레이트, 아스파탐, 항생제, 성장호르몬 등 치명적인 발암물질의 95퍼센트가 의약품, 음식 또는 플라스틱 그릇 등에 첨가된 합성화학물질을 통해 섭취한다.

반면 담배 등 식물의 잎사귀에 함유되어 있는 니코틴⑨과 타르는 체내에 거의 흡수되지 않고 배출되며 극미량만 흡수되어, 체내에서 산화되면서 비타민B3인 니코틴산아미드(니아신)로 변환한다. 천연의 니코틴과 타르는 인체에 전혀 해롭지 않고 오히려 면역력을 증가시켜 주는 항암제로 작용한다. 천연의 비타민B3는 천연의 항암제이며, 천연의 호르몬인 아세틸콜린과 같이 기능하면서 도파민과 세로토닌의 분비를 자극하는 것으로 알려지면서 피로회복제⑩의 활성성분으로 첨가되고 있다. 다만 담배의 니코틴에서 변환되는 니코틴산아미드는 천연의 물질이지만 피로회복제에 첨가되는 니코틴산아미드는 석유의 타르에서 추출해낸 성분에 분자구조를 변경시켜 만든 합성화학물질이다. 따라서 흡연은 폐질환을 일으킬 위험이 미미하게 있지만 정신질환을 예방해줄 뿐만 아니라 비만, 당뇨병, 위궤양, 심장질환 등의 만성질병도 예방해 준다. 그리고 염증완화, 유방암억제, 뇌졸중, 아토피와 천식 등 알레르기질환 치료, 고혈압예방, 잇몸 질환 예방에도 니코틴은 긍정적인 작용을 한다. 그리고 니코틴은 혈압을 낮추고 심장박동을 정상적으로 유지시켜주며, 또한 여러 연구에 의하면 흡연이 오히려 유방암, 자궁암, 파킨슨병, 알츠하이머병, 파킨슨병을 크게 예방해주는 것으로 밝혀졌다. 게다가 니코틴은 식욕을 억제하는 작용을 하는 호르몬인 렙틴의 분비를 자극하기 때문에 비만 치료에도 효능이 있다.[159)]

미국 질병관리센타(CDC)가 1993년부터 2008년 사이에 350만 명 이상을 상대로 조사를 한 연구에 의하면 15년 사이에 흡연자수가 18.5퍼센트 감소해 2008년 기준 흡연자 비율은 20.6퍼센트인 반면, 같은 기간에 비만자는 85퍼센트 증가해 33.8퍼센트가 비만자라고 한다. 미국을 비롯해 전 세계에서 흡연자 비율이 계속 하락함에도 불구하고 비만을 비롯해 각종 질병이 급증하는 가장 중요한 원인은 약과 가공식품에 의해 면역체계가 무너지기 때문이고, 한편 비만 등 각종 질병을 예방해주는 담배를 줄이는 것도 작은 원인이다. 그러면서 보고서에서는 비만이 담배보다도 더욱 위험하다고 경고하면서도 역시 폐암으로 사망하는 원인은 남성의 경우 90퍼센트, 여성의 경우 80퍼센트가 흡연 때문이라며 흡연자는 비흡연자에 비해 15배 이상 폐암에 걸릴 위험이 높다며 금연을 강조한다.[160)] 사실 모든 질병의 원인을 찾으려는 연구에서 그 원인을 담배로 돌리려는 이러한 주장은 과학적 근거 없는 수치로 그냥 해보는 말일 뿐이다.

이 때문에 아메리카 인디언들이나 이슬람지역 주민들은 담배를 질병을 예방해주는 약초로 인식하고 어려서부터 이용한다. 인디언들이나 이슬람지역 주민들에게는 폐암을 비롯해 만성질병이 거의 나타나지 않는다. 인조실록의 기록에 의하면 우리나라에서도 1620년경부

---

⑨ 담배의 위험성을 강조하는 주류의사들은 혈액검사를 통해 니코틴의 대사물인 코티닌의 혈액농도를 검사한다. 코티닌의 농도가 높게 나오면 폐암 등 각종 질병의 위험이 높다고 공포분위기를 조성하면서 코티닌 중화제를 처방한다. 그러나 니코틴은 모든 채소와 과일에 들어 있는 물질이어서 코티닌은 모든 사람에게서 검출된다. 게다가 사실 코티닌은 니코틴이 1차로 분해되면서 만들어지는 무해한 물질로 인체에 아무런 해를 미치지 않는다. 코티닌의 대부분은 빠르게 체내에서 배출되고 일부가 남아 비타민B3인 니코틴산아미드로 변환된다.

이는 마치 혈액 내에 항체가 많이 발견되면 에이즈 양성 환자로 판정해 항암제인 지오비단 등을 처방해 죽음으로 몰고 갔던 에이즈공포 시대의 사례와 유사하다. 영양실조나 각종 약복용, 임신 중일 때에는 혈액 내에서 생명을 보호하기 위한 조치로 항체가 많이 발견되는 것이 정상이다. 때문에 에이즈 양성 환자가 영양이 부족한 아프리카인, 마약을 자주 복용하는 동성애자, 항생제나 피임약을 자주 복용하는 성매매종사자, 면역체계가 약해진 임신부 등에서 많이 발견되는 것은 이 때문이다. 지난 30년간 세계를 공포분위기로 몰고 갔던 것은 레이건 이후 아들 부시까지 이어진 청교도 근본주의집단과 주류의사들의 광란이었다. 살인광란!

⑩ 피로회복제에 첨가하는 아미노산의 일종인 타우린은 흥분을 억제해주고, 심장근육 등 근세포를 보호해주며, 항산화작용을 하는 물질로 새우, 오징어, 조개 등에 풍부하지만, 또한 인간도 합성해낼 수 있기 때문에 외부에서 보충제로 보충해줄 필요는 없다. 흔히 피로회복제나 각성제에 첨가하는 합성타우린은 수면장애, 복부경련, 설사, 위궤양 등의 부작용을 일으키는 것으로 밝혀졌다. 게다가 피로회복제 등에는 각종 합성물질이 수십 가지 첨가되는데 이런 물질과의 상승작용에 대해서는 아직까지 연구된 사례가 전무하다.

터 거의 모든 사람이 담배를 이용했다고 하며, 실학자인 성호 이익의 성호사설에는 “가래가 끓거나, 소화가 안 될 때, 기생충을 제거할 때 그리고 복통이나 치통이 일어날 때 담배는 효능이 좋다.”고 기록되어 있다. 이런 효험 때문에 정조대왕은 자신 스스로는 물론 모든 신하와 백성이 이를 약으로 피우도록 적극 권장하기도 했다. 이 같은 많은 사례들을 살펴볼 때 이는 마치 알코올이 유방암을 일으킬 위험이 미미하게 있지만 심장질병, 간암, 고혈압, 당뇨병, 알츠하이머병 등 대부분의 만성질병을 예방해주는 작용이 있는 것과 마찬가지다.

2001년 오스트레일리아의 연구에 의하면 정신질환자에게 담배는 도파민과 세로토닌의 분비를 자극해 정신질환자의 80퍼센트에게, 그리고 2007년 미국의 연구에 의하면 정신질환자의 85퍼센트에 좋은 치료 효과가 있다고 한다. 그리고 흡연자에게서 정신질환인 알츠하이머병과 파킨슨병이 크게 낮은 비율로 나타난다는 사실이 여러 연구를 통해 확인됐다. 그리고 흡연할 때 흡입하는 낮은 농도의 일산화탄소는 혈관의 혈전을 용해시켜주고 헤모글로빈의 산소운반능력을 향상시키기 때문에 심장마비를 막아준다는 사실도 확인됐다. 물론 일산화탄소는 연탄가스라고 하는 치명적인 독이어서 다량 흡입하면 죽음으로 이어질 수 있다. 이 때문에 현재 많은 제약회사들이 니코틴과 일산화탄소를 이용한 약을 개발하기 위해 대대적인 연구를 하고 있는 중이다.[161)]

이런 이유로 세계보건기구나 미국암협, 환경보호청 그리고 우리나라에서도 니코틴이나 타르는 발암물질에서 제외하고 있다. 그러나 니코틴이 비타민B3에 해당한다 해도 담배기업이 생산하는 담배에는 비료, 살충제, 제초제 성분뿐만 아니라 제조과정에서도 방부제, 향미제, 착색제, 보존제, 방염제⑪ 등 수십 가지의 합성화학물질을 첨가하므로⑫ 건강에 해로울 수 있다. “흡연은 폐암 등 각종 질병의 원인이 되며 내가족, 이웃까지도 병들게 합니다. 담배연기에는 발암성 물질인 나프탈아민, 니켈, 벤젠, 비닐 크롤라이드, 비소, 카드뮴이 들어있습니다.” 이 문구는 2012년 현재 우리나라 담배 표지에 공통으로 표기되어 있는 경고문이다. 얼마 전에는 “흡연은 폐암 등 각종 질병의 원인이 되며 특히 임신부와 청소년의 건강에 해롭습니다.”고 적혀 있었다. 특히 니코틴과 타르에 대한 위험을 자주 경고했다.

그러나 위에서 살펴본 것 같이 담배에 들어 있는 니코틴이나 타르는 천연의 물질이어서 발암물질이 아니고, 나프탈아민 등은 담배에 고유하게 들어 있는 합성물질이 아니라 모든 비료, 제초제, 살충제로 재배하고 가공과정을 거치는 식물에는 모두 들어 있는 합성화학물질이다. 따라서 담배의 위험성은 배추 같은 모든 야채와 사과 같은 모든 과일과 동일하다. 그러나 주의할 것은 100퍼센트 합성화학물질로 만들어진 액상을 이용하는 전자담배는 담배가 아닌 치명적인 합성화학물질이라는 것이다. 따라서 전자담배에 들어 있는 것은 니코틴도 타르도 아닌 합성화학약품이고 또한 담배 파이프에도 납 등 치명적인 중금속이 사용된다.

⑪ 산불 등 화재를 예방하기 위해 담배가 타들어 가는 속도를 늦추어 주는 저발화성 담배를 생산하기 위해 담배종이에 메트리스, 양탄자, 쇼파, 어린이용 내의, 가구, 가공식품 등에 사용하는 브롬화합물(PBDE)을 첨가한다. 2005년, 캐나다가 저발화성 담배를 의무화하자 우리나라도 이를 생산하고 있으나 현재는 전량 수출하는 것으로 확인됐다. 할로겐족 원소인 브롬(Br)은 천연의 소금이나 온천수에 많이 들어 있는데 과거에는 소금물을 증발시키고 남은 간수에서 천연으로 추출했으나 현재는 해수를 염소로 산화시켜 화학적으로 대량 생산한다. 1930년대부터 휘발유 첨가제로 사용되다가 치명적인 발암물질로 확인되면서 금지됐고, 1960년대부터 살충제로 사용되다가 역시 금지됐다. 그러나 1980년대부터 미국이나 우리나라에서는 의류나 가구, 건축자재, 전기자재 등의 방염제와 사진 필름, 의약품, 가공식품 보존제 등으로 사용되고 있다. 그러나 유럽연합에서는 2004년부터 법으로 생산과 사용을 금지하고 있다. 몬산토가 독점 생산하다가 전 세계적으로 사용이 금지된 PCB도 브롬으로 만든 방염제다. 화학적으로 추출해낸 브롬은 합성화학물질로 지방층의 세포에 축적돼 유전자를 변형시키고, 암 등 각종 질병을 유발시키며, 남성 성기능을 크게 악화시키기도 한다.

⑫ 필자는 2012년 4월 16일, 한국담배인삼공사(KT&G)에 담배에 첨가하는 물질에 관한 자료를 요청했으나 기업비밀이라는 이유로 모두 거절됐다. 아마도 인체에 치명적인 합성화학물질을 수십 가지 첨가하는 것으로 추측된다.

때문에 전자담배는 두통, 구토, 심장질환, 잇몸질환 등 각종 질병을 일으키는 것으로 확인됐다. 아직 장기적인 위험성은 확인되지 않았지만 확실히 말할 수 있는 것은 10년 이상이 지난 후에는 각종 암, 신부전증, 고혈압, 뇌졸중 등의 심각한 질병이 발병할 것으로 예상된다.

제7부. 알코올은 천연의 약이다.

꽃피면 달 생각하고 달 밝으면 술 생각하고
꽃 피고 달 밝고 술 있으면 벗 생각하네.
언제나 꽃 아래서 벗과 함께 달을 벗 삼아 오래 취하리오.

이정보의 해동가요 중에서.

1장. 알코올은 천연의 음식이다.

1. 알코올은 건강에 좋다.

주류의사들은 대부분 알코올이 간암이나 간경화를 일으키는 주원인이라고 강조한다. 그러나 합성화학물질인 에틸카바메이트⑬로 화학 처리한 알코올을 포함해 각종 식품첨가제에 포함된 합성화학물질이 간암이나 간경화를 유발하는 중요한 원인이지 탄수화물을 효모⑭에 의해 발효시켜 얻어지는 천연의 발효 알코올은 오히려 건강에 좋다는 말은 하지 않는다. 사실 간암은 천연 알코올과는 상관없이 합성 알코올로 인해 발생하며, 간경화는 음주자 중 1퍼센트 미만을 차지하는 알코올 중독자에게만 한정된 문제일 뿐이다. 오랜 역사 동안 알코올은 인간의 식사를 즐겁게 해주고, 하루의 삶을 평화롭게 정리해주는 기능을 해줬다. 우리의 체내에서도 끊임없이 탄수화물을 소화시켜 설탕을 합성해 내고, 장에 있는 효모가 이를 원료로 천연의 알코올을 만들어 내 굳어진 혈관을 회복시켜 주는 등 면역력을 강화시키며 각종 질병을 예방해준다.

천연의 알코올은 단백질, 지방, 탄수화물과 함께 에너지가 풍부한 제4의 영양소이고 술은 좋은 음식이다. 알코올 1그램의 열량은 7킬로칼로리이고 반면에 단백질과 탄수화물 1그램의 열량은 4킬로칼로리로 거의 두 배에 달한다. 지방은 9킬로칼로리의 열량을 만든다. 그러나 알코올은 20퍼센트가 위에서 흡수되고 나머지 80퍼센트는 소장에서 흡수되며, 다른 영양소와 달리 체내에 축적되지 않고 간에서 물과 이산화탄소로 분해되면서 모두 몸 밖으로

---

⑬ 에틸카바메이트는 과일에 함유된 아르기닌이 발효과정에서 생성된 요소(소변의 성분의 한 가지) 등 질소화합물이 에탄올과 반응하여 생성되는 물질이다. 그러나 에틸카바메이트는 자연에 존재하는 모든 과일이나 채소, 곡물에 미량으로 함유되어 있어 술, 간장, 두부 등 발효식품에서도 검출되지만 동시에 과일이나 채소에는 항산화제가 풍부하게 들어 있어서 음식이나 천연 알코올로 섭취할 때는 안전하다.

그러나 우리나라의 희석식 소주에 사용되는 에틸카바메이트는 석유의 폐기물에서 나오는 물질로 자연에 존재하지 않는 합성화학물질이다. 합성 에틸카바메이트로 만드는 알코올은 공업용 에틸알코올(화학 알코올)로 우리나라 이외의 전 세계에서 식용으로는 금지하고 램프용, 소독용, 향수, 가솔린 대용 등으로 쓰이고 있다. 합성 에틸카바메이트로 만드는 에틸알코올은 맛이 쓰기 때문에 아스파탐이나 사카린 등을 혼입해 쓴 맛을 중화시킨다. 이 합성 에틸카바메이트는 우레탄이라는 이름으로도 불리며 제2차 세계대전 중에는 독가스로, 전쟁 후에는 항암제와 마취제로 사용되었으나 폐암, 간암, 뇌암, 피부암, 심장질환 등 치명적인 질병을 유발시키는 것으로 확인되면서 1975년 이후로는 의료용 약제로 사용이 금지되었고, 현재로는 동물실험용으로만 사용된다.

⑭ 현재 전 세계에서 사용하는 맥주 발효용 효모의 대부분은 캐나다 몬트리올에 있는 랄르망드사에서 유전자조작을 통해 대량생산한다.

배출된다. 게다가 과실주나 맥주, 막걸리, 약주와 같은 발효주의 경우에는 천연의 비타민B6와 폴리페놀, 크롬 등의 항산화제가 풍부하게 들어있어 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 비만 등을 예방해주고 인지기능을 향상시켜 준다. 이 같은 술의 효능은 우리나라의 전통의학서인 동의보감, 본초강목 등에도 여러 곳에 자세하게 기술되어 있다.

위와 소장에서 흡수한 알코올은 간에서 탈수소효소에 의해 아세트알데히드를 거쳐 아세테이트로 변환시키고, 아세테이트를 다시 지방, 이산화탄소, 물로 분해한다. 술을 마신 후 두통과 구토, 그리고 얼굴이 불그스름하게 달아오르거나 가슴이 뛰는 증상은 알코올 대사과정에서 쌓인 아세트알데히드⑮ 때문이다. 아세트알데히드는 간세포에 직접적인 손상을 가한다. 또 아세트알데히드가 생기는 과정에서 지방산대사가 저하돼 간 조직에 지방이 축적되어 지방간이 된다. 이 같은 간 손상이 오랜 기간 이어지면 간암을 유발하기도 한다. 그러나 천연의 술에는 비타민뿐만 아니라 각종의 효소와 미네랄 등이 풍부하기 때문에 체내에서 박테리아아의 활동과 상호작용을 일으켜 인체에는 거의 해를 미치지 않는다. 물론 천연 알코올이 두뇌발달과 암, 심장질환, 간 기능, 우울증, 당뇨병, 고혈압, 뇌졸중, 신장질환 등 대부분의 질병을 호전시켜 주는 기능을 한다 해도, 과도하게 섭취하면 문제를 일으킬 위험은 있다. 물이 생명유지에 반드시 필요하지만 과도하게 섭취하면 사망할 수 있는 것과 동일한 이치다.

그러나 알코올 중독자와 같이 사회생활 중에 문제를 일으킬 정도로 과도하게 알코올을 섭취하는 사람은 대부분의 국가에서 1퍼센트에도 미치지 못한다. 우리 인간은 수만 년 전부터 알코올을 섭취하며 진화해왔기 때문에 이미 천연의 알코올에 대해서는 적응됐다. 그리고 외부에서 알코올을 섭취하지 않는 경우에도 우리의 장 속에 있는 미생물에 의해 스스로 천연의 알코올을 끊임없이 생성한다. 사실 간암과 간경화의 가장 주요한 원인은 약과 가공식품, 대기오염에 들어있는 합성화학물질이지 천연의 알코올이 아니다.

그러나 주류의사들은 예컨대 땅콩의 아플라톡신, 술의 알코올, 스페인 와인의 우레탄, 계피의 스티렌 등 천연에도 발암물질이 있다고 하며, 이런 것들이 더 위험한 것이지 극미량으로 섭취하는 합성화학물질은 과학자들에 의해 철저히 검증받기 때문에 위험하지 않다고 한다. 그러나 천연의 알코올이나 스티렌, 우레탄 등은 체내에서 여러 가지 영양소와 효소, 미네랄, 박테리아, 기생충 등이 서로 상호작용을 일으켜 몸의 건강을 지켜주고 바로 몸 밖으로 배출되어 건강에 아무런 영향을 미치지 않는다(이것이 면역체계의 신비로움이다). 반면 합성화학물질은 체내에 축적되어 일정한계량에 도달하면 환경호르몬으로 작용하며 신체 각 조직에 이상을 일으킨다는 사실은 철저히 숨긴다.

2. 숙취해소제의 정체

그럼에도 불구하고 매일 일을 마치고 술에 취해 귀가하는 남편의 간이 염려스러워 약국과 병원을 찾아 '간을 보호해주는 약' 또는 슈퍼에서 숙취해소제를 찾는 주부들이 많다. 이때 주류의사들은 숙취해소를 위해 진통제인 아스피린이나 타이레놀을 처방한다. 그러면서

---

⑮ 숙취는 아세트알데히드를 분해하는 과정에서 일어난다. 아세트알데히드를 없애고 숙취를 해소하는데 효과적인 음식은 감, 버섯, 콩나물, 오이, 북어, 토마토, 콩 등이다. 감과 오이는 최고의 숙취 해소 음식으로 해열과 해독 작용이 뛰어나다. 감에 들어있는 탄닌 성분은 위 점막을 보호해 술이 위 벽으로 흡수되는 것을 막아준다. 버섯은 면역 기능을 강화하고 체내 노폐물을 배출하는 데 좋기 때문에 숙취해소 효과를 가져 온다. 주당들이 흔히 시원한 북어탕 국물을 찾곤 하는데, 북어 등 생선에 풍부하게 들어 있는 타우린 성분이 간을 해독해주면서 숙취가 해소되기 때문이다. 이 밖에도 콩나물에는 아스파라긴산과 비타민C가 풍부하고, 인삼차, 녹차, 토마토, 헛개나무도 숙취 해소에 도움이 된다. 다시 말해 천연의 야채, 과일은 모두 숙취를 해소해 주고, 몸의 기능을 정상으로 회복시켜 준다.

술을 자주 마시면 위암으로 발전할 수 있다고 경고한다. 그러나 술을 마시는 사람들이 위장이 상하고 결국 위암과 간암으로 발전하는 까닭은 술 때문이 아니라 숙취해소를 위해 복용하는 아스피린이나 타이레놀 계열의 부루펜, 타가메트, 잔탁, 큐란, 아루사루민, 니트로글리세린 등의 부작용 때문이다. 이 같은 약물의 주성분인 아세트아미노펜은 간에서 시토크롬 P450에 의해 독성이 아주 강한 벤조퀴논으로 변해 면역체계를 치명적으로 파괴해 각종 질병을 유발하는 것으로 밝혀졌다. 특히 아스피린은 혈액응고를 저해하고 점막에 출혈을 일으키는 부작용이 있기 때문에 위장출혈을 일으킬 수 있다.[162] 그리고 슈퍼에서 구입하는 숙취해소제도 합성화학물질로 만들어진 약이기 때문에 장기적으로 인체에 축적돼 치명적인 질병을 유발할 수 있다. '약초에서 추출해낸 천연의 성분으로 만든 건강식품'이란 문구는 단지 선전문구일 뿐이다.

알코올은 신경전달세포를 활성화시켜 진정제 기능도 발휘한다. 이 때문에 우울증치료제나 수면제 등의 신경안정제를 술을 마시면서 복용하면 서로 상승작용을 일으켜 자칫 생명을 위태롭게 할 수도 있다. 사실 모든 약에는 진정 기능을 유도하기 위해 합성마약성분이 들어있기 때문에 술을 마시거나 마신 후 숙취가 완전히 해소되기 전에는 어떤 약도 복용하지 않는 것이 좋다. 안타부스⑯와 같은 알코올중독 치료제들은 대부분 알코올을 분해하는 효소의 작용을 억제하여 독성 성분인 아세트알데히드가 체내에 축적되도록 하는 원리를 이용해 술을 조금만 마셔도 숙취 증상이 나타나도록 하여 더 이상 술을 마시지 못하도록 하는 방식이다. 합성화학물질인 약으로 간에서의 해독작용을 억제해 결과적으로 아세트알데히드가 체내에 축적되면 혈관이 굳어지면서 고혈압과 심장질환을 일으킬 위험이 커진다.

미국 의사인 맥도갈은 "약에는 합성 스테로이드 성분이 들어 있어 임시로 염증과 통증을 완화시키기는 하지만 장기적으로는 간을 회복시켜 주지도 못하고 오히려 간을 악화시켜 생명을 위태롭게 한다. 가장 좋은 방법인 채식을 통한 치료법을 의사들은 말하지 않고 약물만 처방하려고 한다."며 과도한 음주와 약복용을 피할 것을 권한다.[163] 합성 스테로이드는 뼈를 괴사시키고, 간을 굳게 만드는 치명적인 마약의 일종이다. 사실 간은 인체 중에서 재생능력이 가장 빠른 장기다. 조금만 휴식을 취해도 간 기능은 쉽게 회복된다. 따라서 간이 걱정된다면 독약을 복용할 것이 아니라 일주일에 이틀 정도 휴식하면 쉽게 회복된다. 특히 알코올에 의한 지방간은 채식(특히 지방간 치료에는 마늘과 양파가 효능이 있는 것으로 알려져 있다)을 하며 일정 기간 금주하면서 휴식을 취하면 쉽게 회복되지만 주류의사들이 처방하는 지방간치료제를 복용하면 부작용으로 간세포가 파괴되면서 오히려 간부전증이나 신부전증, 그리고 뇌졸중 등을 유발할 수 있다.

2장. 알코올의 효능을 입증한 연구들.

1. 심장질환

프랑스의 세르주 르노가 1980년부터 1985년 사이에 발표된 자료를 연구한 논문에 의하면, 프랑스인은 조사 대상 17개국 중 음주량과 흡연량, 고기섭취량에서 1위를 차지하지만 심장질환 발병률에서는 최하위라고 한다. 그는 그 이유를 즐겁게 이용하는 천연의 술과 담배와 육류라고 결론 내리며 이를 '프랑스인의 역설⑰'이라고 했다. 그 이전인 1979년 셀윈

⑯ 제2차 세계대전 당시 덴마크의 메디시날코 제약회사의 연구원이던 젠스 할트가 구충제를 실험하던 과정에서 이약을 복용하고 술을 마지면 심한 두통, 구토, 어지러움, 호흡곤란, 피부발진 등의 부작용이 일어나는 것을 확인하고 이를 금주제로 시판하기 시작했다. 그리고 부작용으로 구토 증상이 나타난다는 사실을 확인한 주류의사들은 이것을 비만치료제로도 처방하고 있다.

생 레제 팀이 심장질환의 조기발병 위험이 높은 55세에서 64세 사이의 각국 남성들을 조사하여 영국의학저널에 발표한 논문에서도 술과 담배와 육류를 가장 많이 즐기는 프랑스인과 이탈리아인이 미국, 캐나다, 오스트레일리아, 뉴질랜드, 영국, 독일, 핀린드 등 세계 각국 사람들에 비해 심장잘환으로 인한 사망자수가 가장 적게 나타났다. 1994년에 캘리포니아 대학 의대교수인 크리기가 발표한 연구도 비슷한 내용이었고 이스라엘의 셜라 고린스타인의 연구도 비슷한 내용이었다. 이 연구들은 공통적으로 심장질환을 예방하기 위해서는 가공식품을 줄이고 야채와 과일, 그리고 술을 적절히 마실 것을 권한다.164)

이들 연구는 동물성지방에 많이 들어 있는 콜레스테롤이 심장질환의 원인이라는 주류의 학계의 허구를 밝히는 연구이기도 했다. 특히 프랑스와 이탈리아인들은 평균 3일에 1병씩 술을 마신다. 이 계산은 어린이, 노인, 여성 등 전 국민을 평균한 수치이므로 청장년층의 경우는 매일 1병 이상을 마시는 꼴이다. 물론 이 논문에는 프랑스인들이 적포도주를 많이 마신다는 내용으로 이어지지만 중요한 사실은 적포도주이든, 흑포도주이든, 맥주든, 진이든, 막걸리든, 약주든 술의 종류가 문제가 되는 것이 아니라 천연알코올인지, 합성알코올인지가 문제될 뿐이다. 천연 알코올은 야채나 과일을 효모로 발효시켜 알코올을 생산하고, 모든 야채와 과일에는 각종 비타민, 크롬, 황, 인 등 다양한 성분들이 골고루 들어 있기 때문이다.

르노 교수가 다시 34,014명을 대상으로 15년간 심장질환과 알코올의 관계를 연구하여 1999년 발표한 논문에서도, 술을 전혀 마시지 않는 사람에 비해 술을 하루에 2병 이상(우리나라 19도의 소주로 환산했을 때) 마시는 사람이 심장질환에 걸릴 위험은 35퍼센트나 낮다고 한다. 하루 2병 미만을 마시는 사람은 39퍼센트나 위험이 낮았다고 한다. 이탈리아의 지오바니아 파올로 연구소에 따르면 남성이 포도주나 맥주를 매일 두병, 여성이 매일 1병이나 1.5병을 마신 경우 심장질환을 금주자에 비해 31퍼센트나 줄여준다고 한다. 스페인에서 41,500명을 대상으로 10년간 조사한 연구에서도 적당히 마시는 음주자가 금주자에 비해 심장질환과 뇌졸중의 발병률이 35퍼센트나 낮게 나타났다. 특히 남성의 경우 매일 독한 술을 과도하게 마신 경우에도 50퍼센트나 발병률이 낮았다. 5,312명을 대상을 8년간 조사한 독일의 연구에 이어 영국, 일본, 중국, 호주 등에서 실시된 연구도 결론은 비슷했다. 금주국, 금연국인 미국의 연구 결과도 동일하다.

반면 1998년에 영국의학잡지(BMJ)에 발표한 간호사 8만 6천명을 대상으로 1980년부터 14년간 실시한 연구에 의하면, 견과류를 비롯해 야채와 과일을 자주 먹는 간호사는 그렇지 않은 간호사에 비해 심장질환에 걸릴 위험성이 35퍼센트 낮게 나타난다는 사실을 확인했다. 이 연구에서 또 다시 확인된 사실은 지금까지 주류의사들이 심장질환과 심장마비의 위험 요소로 지목하며 중단할 것을 권고하는 술이나 담배, 그리고 주류의사들이 복용을 권장하는 비타민과는 아무런 관련이 없다는 것이다. 음주와 흡연을 하고, 비타민보충제를 복용하지 않는 간호사들도 야채와 과일을 적절히 섭취하는 경우에는 심장질환의 위험이 월등히 낮게 나타난 것이다. 이 연구는 암, 당뇨병, 관절염 등 다른 만성질병에 대해서도 충분히 추론할

⑰ 그러나 지금까지 의학적으로 밝혀진 심장질환의 가장 중요한 원인은 합성화학물질인 약과 가공식품, 인공지방인 트랜스지방과 올레스트라가 심혈관을 부식시키고 그 자리에 혈전이 생기기 때문으로 밝혀졌다. 또한 올레스트라는 지용성 비타민A, D, E, K 등을 몸 밖으로 배출시키기 때문에 각종 질병을 유발하는 것으로 밝혀졌다.

유럽인들 특히 프랑스인들은 약을 적게 복용하고 트랜스지방과 올레스트라 대신에 천연의 동물성지방이며 콜레스테롤이 풍부한 버터, 치즈, 크림을 많이 먹는 민족으로 유명하다. 현재 콜레스트롤이 혈관을 막아 심장마비를 유발시킨다는 가설은 허구로 드러나 폐기되고 있다. 트랜스지방이 심장질환을 야기한다는 사실이 밝혀지면서 많은 가공식품에는 ‘무 트랜스지방’이라는 라벨이 붙어 있지만 이것은 트랜스지방 대신에 인공지방인 올레스트라를 사용한다는 말이다. 트랜스지방이나 인공지방은 모두 합성화학물질이다.

수 있는 연구다. 이 때문에 1998년 세계보건기구의 암연구팀은 “알코올이 유방암 발병률을 높인다는 연구 결과는 단지 추측일 뿐이고 과학적인 결론은 아니다.”고 선언하기도 했다.165)

2010년 미국 심장학회에서 심장우회술을 받은 남성 환자 1,200명을 상대로 3년 6개월간 연구한 내용에 의하면 하루 2~3잔의 술을 마시는 것이 좋은 예방효과를 나타낸다고 한다. 이탈리아 로마 대학 옴버토 베네디토는 이 연구에서 심장수술을 받은 남성이 적절하게 음주하는 경우 심혈관질환 발생 및 추가적 수술 위험이 25% 적어진다고 한다. 연구팀은 술이 염증과 혈압을 낮추고 HDL(천연 콜레스테롤)의 수치를 증가시켜 수술 후 혈관과 심장의 기능을 도와주는 역할을 한다. 같은 해에 에릭 B. 림과 그의 동료들이 매일 적절하게 45그램(식당용 맥주 2.5병에 해당) 이하를 마시는 13,894명의 여성들을 대상으로 실시한 연구에 의하면 대부분이 건강한 노화를 맞이했다. 1980년과 1984년에 조사를 한 결과를 가지고 추적 조사한 결과, 대상 여성들 중 70살이 되도록 생존한 여성들 중 적절하게 음주를 하는 여성이 금주자나 적게 음주를 하는 여성에 비해 건강 상태가 특히 좋았다는 결론을 내렸다. 1995년 몰텐 그론벡 등이 진행해 영국의학학술지에 발표된 연구 등 수많은 연구에서도 대부분의 동일하게 U자형(적절하게 마신 마람이 건강에 좋은 상태)으로 나타난다고 한다.166)

결과적으로 모든 연구들을 종합하면 하루에 알코올 100그램(소주 2병정도, 식당용 맥주 6병정도, 물론 알코올은 화학 알코올이 아닌 천연 알코올을 말한다)를 마시는 사람이 폭음하는 사람이나 금주자 또는 적게 마시는 사람보다 더 건강하다.⑱ 술은 혈관을 이완시켜 심장질환 등 각종 질병을 막아주기도 하지만 기분을 좋게 하는 도파민, 아세틸콜린, 엔돌핀 등의 호르몬분비도 자극해 삶을 즐겁게 엮어주면서 면역체계도 강화시켜 주기 때문이다.

화학기업을 옹호하며 ‘담배가 폐암의 원인이고, 석면이나 다이옥신, 벤젠 기타 화학물질은 아무런 영향을 미치지 않는다.’며 담배공포를 만들어냈던 영국 옥스퍼드 대학의 리처드 돌도 1978년~1991년까지 남자의사 12,321명을 대상으로 13년간 조사하고 그 결과를 1994년에 발표했다. 이에 의하면 1주당 28단위⑲까지 음주한 사람은 금주자보다 각종 질병으로 인한 전체사망률이 크게 낮았으며 매일 29~42단위(4.5도 식당용 맥주 25병정도)까지는 금주자와 동일했고, 그 이상은 금주자에 비해 질병이 늘어나는 것으로 확인됐다. 다시 말하면 매일 맥주 4병을 마시는 경우에도 건강상태는 금주자와 동일하다는 것이다. 특히 심근경색 발병율의 경우에는 매일 맥주 4병을 마시는 경우에도 금주자보다 30퍼센트나 낮게 나타났다. 협심증은 예리하고 심한 통증을 동반하며 발작증을 일으키는 관상동맥질환이다. 그런데 그런 발작이 일어났을 때 응급으로 환자에게 천연의 알코올을 몇 잔 마시게 하면 보통 2분 안에 진정되는 일이 많다. 천연의 알코올이 프로스타글란딘의 생성을 억제해 혈관을 확장시켜 주기 때문이다. 이 때문에 의사들도 협심증환자를 포함해 심장질환자에게 알코올을 권하는 경우가 많다.167)

현재 미국에서는 심장병이 사망원인의 1위를 차지하고, 우리나라나 일본에서도 2위를 차

---

⑱ 알코올 양은 술의 양×농도로 계산한다. 가령 20도짜리 소주 1병(360ml)이면 순수 알코올 양은 360×0.2=72ml다. 이를 무게로 환산하면 알코올 비중은 0.8이므로 72ml×0.8=57.6g인 셈이다. 식당용 맥주 역시 500ml에 알코올 도수 4.5퍼센트라면 순수 알코올 양은 22.5ml이다. 무게로 환산하면 18g이다(500×0.045×0.8=18). 따라서 소주 한 병은 맥주 세 병과 비슷하다. 여기서 기억해야 할 것은 주종에 따라 알코올 도수가 다르지만 잔의 크기 역시 다르기 때문에 소주 1잔, 맥주 1잔, 양주 1잔에 든 알코올 양은 비슷하다는 사실이다.

⑲ 1단위는 알코올 12그램, 따라서 28단위는 4.5도, 500밀리리터 기준인 식당용 맥주로는 19병정도, 360밀리리터인 가정용 맥주로는 26병 정도에 해당한다.

지한다. 이 때문에 주류의사들은 심장마비를 예방하기 위해 성인뿐만 아니라 어린이에게도 합성화학물질로 만들어진 아스피린을 매일 복용할 것을 권장한다. 그러나 미국 그로테이머에 의해 수행된 연구에 의하면 아스피린을 매일 복용하는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 백내장 44퍼센트, 심장마비와 뇌졸중이 각 40퍼센트씩 증가한다고 지적하며 아스피린을 제한할 것을 경고했다. 위장출혈 등 아스피린 부작용으로 미국에서만 연간 55,000명이 사망하고, 췌장암으로 31,000명이 사망한다.[168] 사실 아스피린이 심장질환을 앓고 있는 사람에게는 혈전의 생성을 막아주기 때문에 일시적으로는 효과가 있지만 장기로 복용할 경우 합성화학물질의 부작용으로 인해 오히려 위궤양, 심장마비와 뇌졸중, 백내장, 신부전증, 각종 암으로 사망할 위험이 커진다.

의약품의 부작용을 철저히 은폐하며 환자를 양산해내려는 주류의사들을 보면 실로 끔직해진다. 천연의 알코올로 충분히 예방할 수 있음에도 불구하고 위험한 약을 처방하는 것을 보면... 주류의사들이 심장마비를 예방하기 위해 처방하는 아스피린에는 합성 살리실산이라는 성분이 들어 있어 임시로 혈액의 응고를 막아주는 기능을 한다. 그러나 야채 등에는 천연의 살리실산이 풍부하게 들어 있고 오래도록 혈액의 응고를 막아준다. 꾸준히 야채나 과일을 자주 섭취하면 아무런 부작용이 없는 천연의 살리실산을 섭취하게 되어 심장질환과 각종 염증을 예방할 수 있다. 마찬가지로 포도, 쌀 등을 발효시켜 만드는 포도주나 막걸리에도 살리실산은 풍부하게 들어있다. 천연의 술에 야채 안주를 곁들이면 면역체계를 회복시켜 심장마비뿐만 아니라 당뇨병, 고혈압, 골다공증, 신부전증, 각종 암 등을 예방하는데 최고의 효능을 발휘한다. 어린이의 심장마비와 각종 염증을 예방하려면 위험한 합성 의약품인 아스피린보다는 차라리 와인을 권장하는 것이 현명하리라.

2. 간 기능

간은 체중의 2퍼센트에 달하는 중량을 가지며, 우리가 섭취하는 설탕이나 탄수화물로부터 만들어진 글리코겐을 간에 저장해 두었다가 필요할 때에 포도당으로 전환시켜 혈류로 보낸다. 그리고 음식으로 섭취하는 지방이나 단백질을 소화하기도 하며, 혈액을 응고시키는데 필수적인 물질을 만들기도 하고, 우리가 복용하는 각종 약이나 알코올을 처리하기도 하는 등 인체 내에서 화학작용을 하는데 중요한 기능을 하는 기관이다. 다시 말해 간은 알코올이나 니코틴만 분해하는 것이 아니라 우리가 섭취하는 모든 천연물질도 분해한다. 그런데 주류의사들은 이렇게 중요한 간이 기능을 상실하는 가장 중요한 원인으로 흔히 알코올을 지목한다. 그러나 중독에 이를 정도가 아닌 적절한 알코올 섭취는 간에도 좋은 것으로 밝혀졌다. 따라서 술을 마실 때 '간이 상하면 어떻게 하나?'라는 걱정은 전혀 하지 않아도 된다.

독일의 렐바하 교수가 알코올중독 치료를 위해 입원한 환자 525명을 상대로 조사한 결과, 하루에 평균 126.5그램 이상의 알코올(우리나라 4.5도인 맥주 7병에 해당)을 매일 8년간 마신 환자들 중에서 40퍼센트는 간에 아무런 손상이 없었고, 27퍼센트는 경미한 지방간이, 나머지 33퍼센트의 환자만이 중한 지방간 환자였다고 한다. 반면 간경화증에 걸린 환자는 단 한 사람도 없었다고 한다. 미국 소화기학회에서도 매일 남성은 7잔(식당용 맥주 5병 정도), 여성은 5잔 이하를 마시면 간질환과는 무관하다는 입장을 밝혔다. 반면 덴마크의 코펜하겐 대학의 벡커 교수가 실시한 연구에 의하면, 매일 120그램 이상 과도하게 알코올을 12년 이상 마신 환자 중에서 간질환에 걸린 환자는 11.8퍼센트이고 금주자 중에서 간질환에 걸린 환자는 2.4퍼센트였다. 이 연구에서 46그램(맥주 3병정도)까지는 평생 동안 매일 마셔도 간에 전혀 손상을 주지 않을 뿐만 아니라 오히려 금주자보다 간 등 모든 조직이 더

건강하다는 결론을 내렸다.[169]

즉 대부분의 연구는 과음하지 않고 영양이 부족하지 않는 한 알코올은 간에 거의 연향을 미치지 않는다고 한다. 다시 말해 지방간과 간경화는 과음과 영양실조가 원인이 되어 주로 나타나는 질병이다. 반면 간암은 면역체계가 무너지면서 간에서 나타나는 증상이지 알코올이나 간염 바이러스에 의해 일어나는 것은 아니다. 그러나 간은 회생력이 강하기 때문에 지방간이나 간경화는 1~2개월 금주하면, 간경화는 금주하면서 채식과 과일을 통해 영양을 충분히 공급하면 쉽게 치료된다.[170] 따라서 간에 이상이 생겼을 때는 약과 가공식품을 중단하고, 잠시 술을 끊거나 줄이면서 야채와 과일 등 천연의 음식으로 영양을 보충하면 쉽게 회복된다. 사실 간뿐만 아니라 심장, 신장, 위장, 눈, 뼈 등 모든 조직이 이상이 생겼을 때 약과 가공식품을 중단하고 천연의 음식으로 영양 상태를 좋게 하면 쉽게 치료되고 또한 이상이 생기기 전에 충분히 예방이 된다.

그러나 대부분의 주류의사들은 간질환의 공포를 과장하며 약으로 치료해야 한다고 하지만 사실 약을 복용하면 간 기능은 더 악화될 위험이 커진다. 특히 약은 면역체계를 무너뜨리기 때문에 오래 복용하면 간암을 유발할 수 있다. 예컨대 주류의사들은 콜레스테롤 수치가 높게 나오면 콜레스테롤이 간에서 생성된다는 것을 근거로 간의 기능을 약화시키는 콜레스테롤 저하제를 처방한다. 결국 콜레스테롤 저하제를 오래 복용하면 콜레스테롤 수치는 내려가지만 결국 간부전증이나 심장마비로 삶을 마감하게 된다. 이것이 주류의사들이 처방하는 모든 약의 허구다. 인체의 모든 장기는 상호작용을 통해 호르몬 작용과 대사 작용을 원활하게 해주어 건강을 유지시켜 주기 때문이다. 상호작용이 바로 가장 중요한 면역체계다. 천연의 알코올은 간을 약화시키는 독이 아니라 다른 성분들과 상호작용을 일으키며 면역체계를 강하게 만드는 보약이다. 때문에 대부분의 사망자는 심장질환, 암, 뇌졸중 등이 원인이지, 간질환이 원인이 되는 경우는 1퍼센트에도 미치지 않는다. 그런데 우리나라 사람들은 폐암으로 사망하면 모두 담배로 원인을 돌리듯이, 간질환으로 사망하면 의학적 규명 없이 그 원인을 모두 알코올로 돌리려는 경향이 강하다.⑳ 미국식 금주 이데올로기에 강하게 영향을 받았기 때문이다.

간은 풍부한 혈류량을 통해 체내로 섭취한 각종 영양분을 분해하고 이를 저장하는 기능뿐만 아니라, 호르몬작용이 원활히 되도록 보조하기도 한다. 예컨대 남성의 경우 체내에서 분비되는 남성호르몬 테스토스테론을 활성화시키고, 여성호르몬인 에스트로겐을 비활성화시켜 정상적으로 남성기능을 발휘하도록 돕는다. 또한 여분의 에스트로겐을 당이나 단백질 같은 분자와 결합시켜 몸 밖으로 배출하도록 한다. 그리고 단백질과 지방을 분해하는 효소를 분비하기도 하고 음식을 소화하는 과정에서 발생하는 독을 해롭지 않은 물질로 변환시키기도 한다. 그리고 지혈작용을 하는 혈소판도 생성한다. 이 같이 간은 장에서 분해한 성분을 몸 박으로 배출시키기 위해 이를 수용성으로 변화시키는 시토크롬 P450이라는 효소도 분비한다. 그리고 영양이 부족할 때 비상용으로 사용하는 글리코겐을 저장했다가 사용하는 곳도 간이다. 다만 중요한 것은 간이 제 기능을 하려면 에너지와 항산화제가 필요하다. 따라서 몸에 축적된 합성화학물질을 해독하기 위해서는 탄수화물, 단백질, 지방뿐만 아니라 비타민, 섬유소, 구리, 마그네슘, 칼륨 등 미량영양소와 미네랄 등의 영양소를 균형 있게 섭취하는

⑳ 사실 폐암으로 사망하는 사람의 비율은 흡연자(30~40퍼센트)보다 금연자(60~70퍼센트)에게서 더 높게 나온다. 담배의 니코틴이나 타르 등은 천연의 항산화제로 다른 성분들과 상호작용을 일으켜 면역체계를 강화시켜주는 작용을 하기 때문이다. 알코올의 경우도 동일하다. 천연의 알코올은 체내에서 상호작용을 일으켜 항산화제 작용을 하기 때문에 음주자가 금주자에 비해 간암으로 사망할 위험은 더 작다.

것이 필요하다. 이런 성분들이 풍부한 것이 채소와 과일이다. 그리고 제4의 영양분이라고 하는 천연의 알코올도 필요하다. 다만 간염보균자인 경우에는 알코올을 특히 주의해야 한다.[171]

혈장 글루카곤이 증가되면 포도당 생성이 강화된다. 그런데 이 과정에서 G.O.T와 G.P.T가 촉매작용을 하기 때문에 간세포가 파괴되면 이 효소들은 보통 때보다 더 많은 양이 혈장 내로 분비되어 수치가 크게 올라간다. 그러나 실제로 그 수치와 간 기능과의 관계가 항상 일치하는 것은 아니다. 간질환의 마지막 단계인 간경화나 간암환자에게서도 평균 20퍼센트가 정상수치로 나오며, 특히 지방간환자의 경우에는 오류의 정도가 더 심해진다. 주류의사들이나 주류화학자들은 간 손상 원인의 62퍼센트가 한약재이고, 29퍼센트는 민간요법과 건강보조식품이고, 의사가 처방하는 의약품의 부작용은 7퍼센트라고 한다.[172] 그러나 이런 수치는 아무런 과학적 근거 없이 그냥 해보는 말이다. 오히려 간 손상의 원인은 거의 대부분 의사의 처방약을 포함해 건강보조식품, 가공식품에 포함되어 있는 합성화학물질이고 한약재 등 자연의 약초나 음식이 원인이 되는 경우는 거의 없다. 예컨대 듀크대학의 얀시아 선이 어느 기관으로부터도 재정지원을 받지 않은 상태에서 독립적으로 행한 메타 연구에 의하면, 두통 치료와 관련되어 1966년부터 2007년까지 발표된 31개의 연구 논문을 검토한 결과 동양의 침술은 현대의학의 약에 비해 모든 경우에서 우수했다고 결론을 내렸다.[173] 알코올에 의한 간 손상의 경우도 화학주와 같은 합성 알코올이나 술에 첨가된 화학첨가제가 원인이지 천연의 발효 알코올은 간을 손상시키지 않고 오히려 간을 포함해 모든 장기를 보호해준다.

현대의학의 진단에는 오진율이 특히 높은 상황에서 정상인이 오류로 간질환자라는 진단이 나오면 합성 알부민을 투여하는데 결국 약물 부작용으로 오히려 면역체계가 약화되어 진짜 간 기능이 저하될 위험이 높다. 반면에 질환이 있는 사람이 정상이라는 진단이 나오면 방치하게 되어 간경화 또는 간암으로 발전할 수 있다. 간세포에 가장 치명적인 것은 합성화학물질로 그 중에서도 의약품이 가장 해롭다. 우리가 흔히 처방받는 진통제인 타이레놀이나 아스피린 그리고 콜레스테롤 저하제인 스타틴, 또는 항생제 같이 가장 일반적으로 복용하는 약뿐만 아니라 비타민제 등 합성으로 이뤄진 모든 약은 '간 파괴자'라는 별명을 갖고 있을 정도로 간에 치명적이다. 또한 항생제에 함유되어 있는 '케팔로스포린'은 장내 세균군의 균형을 깨뜨려 내분비계 장애 현상을 일으키기도 한다.[174]

3. 당뇨병

하버드 의과대학의 림교수는 40~75세의 남성 46,892명을 상대로 12년간 음주량과 당뇨병과의 관계를 추적 조사하여 2001년에 발표했다. 이 논문에 의하면, 나이, 학력, 직업, 다른 질병, 흡연, 혈압 등 모든 조건이 비슷한 두 개의 그룹으로 나눠 관찰한 결과 음주량이 적당량까지 많을수록 당뇨병 발병률이 금주자에 비해 월등히 낮아진다는 사실을 확인했다. 이 연구에 의하면 술의 종류나 나이, 흡연 여부, 운동량, 직업, 혈압 등 모든 요인에 상관없이 매일 맥주 3병 정도를 마실 경우 금주자에 비해 당뇨병과 고혈압 발병률이 40퍼센트 낮게 나타난다고 한다. 때문에 유럽에서는 당뇨병과 고혈압환자에게 지금도 알코올을 치료제로 사용하기도 한다.

핀란드에서 23,000쌍의 쌍둥이를 상대로 20년간 실시한 비교 연구에서도 술을 적당히 마시는 형제가 술을 마시지 않는 형제보다 당뇨병이 발생할 위험이 크게 줄어든다는 사실을 확인했다. 음식, 환경 등 많은 생활조건이 비슷한 상황에서 술을 마시는 형제가 건강이 더 좋다는 결과가 나온 까닭은 술이 면역체계를 강화시켜 주는 천연의 보약이기 때문이다. 매

일 각종 술을 마시는 110,000명의 여성을 상대로 하버드대학에서 실시한 연구에서도 술을 적당히 마시는 여성이 금주자 또는 적게 술을 마시는 여성에 비해 당뇨병에 걸릴 위험이 60퍼센트나 낮게 나타났다. 또 다른 연구에서도 독한 테이블와인(14도 이상)을 하루 한 병 이상 마시더라도 혈액 속 당분의 농도는 거의 오르지 않았다. 또한 미국, 네덜란드, 일본, 독일, 한국, 영국 등 15개 나라 369,862명을 상대로 12년간 알코올과 당뇨병과의 관계를 조사한 연구에서도 매일 0.5드링크에서 4드링크를 마신 사람이 금주자에 비해 30퍼센트나 발병률이 낮게 나타났다.

적당한 음주는 당뇨병환자의 혈당조절에 중요한 기능을 하는 인슐린의 작용 능력을 증가시켜 혈당치를 내리게 한다. 이와 같이 전 세계의 수많은 의학적 연구에 의해 알코올은 각종 암, 당뇨병에도 좋은 것으로 확인됐다. 오스트레일리아 연구에서는 매일 100그램(식당용 맥주 5병) 이상의 알코올을 마신 사람이 금주자나 적게 마시는 사람에 비해 43퍼센트나 당뇨병 발병률이 낮게 나타났다. 영국 런던대학교, 오스트리아 인스부르크 대학교, 일본 오사카 대학교, 하버드대학교, 미국 쿠퍼연구소, 영국 브리스톨 병원 등에서 진행된 연구도 결과는 비슷했다. 세계 15개국에서 12년간 369,862명을 상대로 실시한 연구에서도 매일 4드링크(가정용 맥주 4병정도)를 마신 사람이 술의 종류에 상관없이 금주자나 그 이하로 마신 사람 또는 그 이상을 마신에 비해 당뇨병 발병률이 크게 줄어드는 것으로 나타났다. 이 때문에 미국에 있는 병원의 4분의 3에서는 당뇨병 환자들에게 적당한 양의 알코올을 공급한다.[175)]

당뇨병 예방에 알코올이 효능이 있다는 연구 결과는 계속해서 발표된다. 하버드대학의 아자니 교수가 85,148명을 상대로 5년간 조사한 연구에서도 당뇨병환자이면서 알코올을 적절하게 섭취하는 사람이 당뇨병환자이면서 알코올을 철저히 금하는 사람에 비해 심장질환에 걸릴 위험이 58퍼센트나 낮게 나타났다고 한다. 그리고 당뇨병이 없는 사람이 알코올을 적절하게 마시는 경우에는 금주자에 비해 당뇨병 발병율이 49퍼센트 낮게 나타났다고 한다. 그러면서 그는 건강을 유지하기 위해서는 알코올의 적절한 섭취가 필요하다고 강조했다. 같은 대학의 솔로몬 교수가 당뇨병을 앓고 있는 여성 5,103명을 상대로 14년간 추적 조사한 연구에서도 당뇨병환자가 적절한 알코올을 섭취할 경우 심장질환으로 사망할 위험은 55퍼센트 낮아지는 것으로 확인됐다.[176)]

당뇨병환자는 대부분(70퍼센트)이 합병증인 고혈압과 심장질환, 뇌졸중 등으로 사망한다. 그러나 알코올은 심장질환 등을 예방해 줄뿐 아니라 원인 질병인 당뇨병 자체도 예방해준다. 알코올이 인슐린의 작용능력을 증가시켜주기 때문(인슐린 저항성을 낮춘다고도 한다)이다. 다시 말해 알코올은 천연의 당뇨병치료제다. 대부분의 연구는 알코올이 당뇨병을 예방해 준다는 데에 결론이 동일하다. 이런 연구들을 종합해 산정할 때 매일 식당용 맥주 5병 정도를 마시는 경우에는 금주자에 비해 거의 50퍼센트 이상 당뇨병 등 대부분의 질병위험이 줄어든다.① 네덜란드 그로닝겐 대학의 도리엔 M. 젤레가 신장이식수술을 받은 288명의 금주자, 94명의 소량 음주자, 210명의 적절하게 마시는 음주자 그리고 8명의 다량 음주자 등 600명을 추적 조사한 연구에 의하면, 적절히 마시는 이식환자의 67퍼센트에게서 당뇨병

---

① 필자는 2004년과 2007년에 간암 초기증상으로 입원을 했고, 2006년에는 당뇨병 판정도 받았지만 30년 이상 담배와 술을 즐긴다. 담배는 한 갑 정도, 술은 맥주 6~7병 정도를 매일 즐긴다. 그러나 약과 가공식품을 멀리하기 때문에 건강은 양호한 편이다. 맥주를 한 때는 매일 8~10병 5년 이상 즐기기도 했지만 시중에서 구입하는 맥주에는 아스파탐, 방부제, 염화암모늄(거품을 일게 하는 약품), 착색제(연노란 색을 띠게 하는 약품) 등 각종 합성화학물질이 많이 들어 있어 시골에서 만드는 전통 막걸리로 바꾼 상태다.

이 줄어드는 것을 확인했다. 그리고 이식부작용으로 인한 사망률도 44퍼센트 감소했다고 한다. 젤레는 이어서 “신장이식환자의 삶의 질이 낮아지는 까닭은 의사들이 술, 음식 등 너무 많은 금기 사항을 강요해 스트레스가 쌓이기 때문입니다.”고 한다. 사실 대부분의 의사들이 청교도 이데올로기와 의학적 무지에서 나오는 잘못된 권고사항들을 이식환자와 당뇨병환자들에게 강요하기 때문에 질병은 오히려 악화되는 경우가 많다.[177)]

특히 당뇨병환자에게 권고하는 식단표는 현실에서 거의 지킬 수 없는 내용들이어서 스트레스를 받게 된다. 정신적 스트레스를 받으면 교감신경이 자극을 받아 혈관이 수축되고 결국 아드레날린 호르몬이 과다 분비되면서 고혈압증세도 나타난다. 참고로 주류의사들은 당뇨병환자들에게 금주를 권고하면서, 부득이 한 상황에서 어쩔 수 없이 술을 마실 때는 칼로리가 많이 들어 있는 약주, 막걸리, 포도주 보다는 칼로리가 없는 화학주를 마시라고 권고하는데 이는 잘못된 의학이다. 당뇨병은 혈액 내에 당이 과도하게 쌓여서 생기는 질병이 아니라 합성화학물질에 의해 면역체계가 무너져 대사작용이 원활하지 못하기 때문에 생기는 질병이다. 오히려 합성화학물질로 만들어지는 화학주를 금하게 하고 천연의 보약인 발효주를 마시도록 권장하는 게 올바른 치료법이다.

한편 38,000명 이상의 사람들을 대상으로 한 연구에서도 매일 적절하게 술을 마시는 당뇨병환자들이 당화혈색소(A1c)② 수치를 가장 적절하게 유지하는 것으로 확인됐다. 그리고 20개의 연구논문을 분석한 자료에 의하면 매일 22~60그램의 알코올을 섭취한 남성 그룹과 매일 24~50그램을 섭취한 여성 그룹에게서 당뇨병환자가 거의 없다는 사실을 확인했다. 영국보건국(NHS)에서 발표한 당뇨병환자 수칙에도 매일 평균 여성은 1.5병, 남성은 2병꼴로 마실 것을 권고한다. 역시 미국 다이어트 협회(ADA)에서도 맥주에는 지방이 없고, 맥주의 홉에는 천연 실리콘이 풍부하게 들어 있어 뼈의 미네랄을 보충해주는 기능을 하기 때문에 적절한 맥주 소비는 심장질환뿐만 아니라 당뇨병, 신장결석, 골다공증도 예방해 준다고 한다.[178)]

영국보건국(NHS)에서 발표한 당뇨병환자 수칙에 의하면 첫째, 스스로 건강관리를 잘할 것. 둘째, 당뇨병환자들과 교류하면서 올바른 건강정보를 익힐 것, 셋째, 합성화학물질인 트랜스지방과 나트륨을 줄이며 야채와 과일 등 천연 위주의 식단을 중심으로 잘 먹을 것. 넷째, 적당한 운동과 금연을 할 것(그러나 앞에서 자세하게 다뤘듯이, 금연은 단지 과학이 아니라 시대를 관통하고 있는 미국식 청교도 이데올로기에 불과하다). 다섯째, 여성은 천연의 알코올을 매일 평균 1.5병, 남성은 매일 2병꼴(500밀리리터의 식당용 맥주 기준)로 마실 것. 여섯째, 감기를 조심하며 좋은 컨디션을 유지할 것을 권고하고 있다.[179)] 많은 연구에 의하면 당뇨병환자 등 대부분의 질병자는 편안하게 잘 먹고 적절하게 알코올을 섭취하면서 스트레스를 해소하는 것이 가장 현명한 질병관리라는 것을 입증한다.

특히 우리나라 야산에서 많이 자라는 돼지감자(뚱딴지)는 혈당을 조절해주는 기능이 있다. 돼지감자에는 이눌린이라는 수용성 식이섬유가 풍부하게 들어 있어 장내 유산균을 증가시키고 유해균을 막아주어 혈당을 크게 안정시켜주는 기능을 한다. 그러나 이러한 이눌린도 음식으로 섭취할 때 당뇨병을 예방해주는 기능을 하는 것이지 돼지감자에서 이눌린이란 성분만을 별도로 추출해서 섭취하면 상호작용을 일으키지 않기 때문에 독으로 작용한다. 따라서 돼지감자로 만드는 약주 또는 막걸리는 당뇨병을 치료하거나 예방하는 데 효능이 좋다. 그러나 사실 돼지감자로 만드는 술뿐만 아니라 에틸카바메이트나 아스파탐, 아질산나트륨

② 혈당측정법의 하나로 적혈구 세포내의 헤모글로빈에 결합된 포도당량을 2~3개월의 기간을 두고 측정하는 방법이다. 적혈구의 평균 수명은 120일므로 A1c의 평균 수치를 통해 평균 혈당수치를 알 수 있다.

등 합성화학물질을 사용하지 않고 천연의 약초나 과일, 곡물을 발효시켜 만드는 술은 모두가 건강에 좋다.

4. 뇌졸중

고혈압환자가 알코올을 섭취하면 위험하다고 하지만 이는 많은 연구에 의해 잘못된 의학임이 밝혀졌다. 알코올로 인해 혈압이 상승해 고혈압환자가 되는 비율은 단지 5퍼센트 정도밖에 되지 않는 반면 고혈압, 심장질환, 당뇨병, 뇌졸중 등을 예방해주는 기능은 거의 60퍼센트나 된다. 따라서 실보다는 득이 훨씬 크다는 말이다. 이탈리아 투린대학교의 랍비아 교수가 627명을 대상으로 한 연구에 의하면 627명 중 단지 2명(0.3퍼센트)만이 알코올로 인해 혈압이 상승했다고 한다. 그것도 과음을 했을 때만![180]

1997년 미국 암학회에서 30세 이상의 남자 22만 6,871명을 대상으로 9년간 추적 조사한 결과 음주량에 상관없이, 심지어 매일 알코올 40~60그램(맥주 3병)을 매일 마신 경우에도 뇌졸중의 위험률이 금주자에 비해 30퍼센트 낮아지는 것을 확인했다. 23만 552명의 여성을 9년간 추적 조사한 결과에서도 하루 60그램의 미만의 알코올을 매일 마신 경우 뇌졸중의 위험이 금주자에 비해 30퍼센트 감소했다. 1988년의 하버드대학교 연구에서도, 2001년 카이저 퍼머넌트 연구원의 연구에서도 비슷한 결과가 나타났다. 과음을 하지 않는 경우에는 매일 술을 많이 마셔도 오히려 건강에 좋다는 것이다.[181] 다만 화학주나 첨가제가 적게 들어간 술을!

1999년, 콜롬비아 의과대학의 랄프 사코는 뇌졸중을 경험했던 500명과 나이, 인종이 유사하지만 뇌졸중을 경험하지 않았던 900명의 콜레스테롤과 트리글리세리드 수치를 비교했다. 그 결과 천연 콜레스테롤(HDL) 수치가 높은 사람은 심장마비뿐만 아니라 뇌졸중, 당뇨병, 고혈압의 위험성이 거의 없었으며, 천연 콜레스테롤을 높이기 위해서는 적당한 운동과 건강한 식단, 그리고 적절한 알코올 섭취가 필요하다고 강조했다. 이 연구에 의하면 매일 30그램(우리나라 맥주 2병)을 마시는 사람은 금주자에 비해 뇌경색이 발병할 위험이 50퍼센트가, 매일 60그램을 마시는 사람은 40퍼센트가 감소했고, 반면에 매일 105그램(우리나라 식당용 맥주 6병)을 마시는 사람은 오히려 발병위험이 60퍼센트 증가했다고 한다. 2001년, 카이저 커머넌트 의료원의 클라츠키가 12만 8,934명을 대상으로 30년간 실시한 연구에서도 결과는 비슷했다.[182] 이 연구를 기준으로 산정하면 매일 맥주 5병 이하를 마시는 사람은 뇌경색의 위험이 가장 적다는 말이 된다.

미국 의학협회저널(JAMA)에 발표된 연구에서도, 하루 두 병의 알코올을 매일 섭취하는 사람들에게서 뇌졸중의 발병률이 금주자에 비해 50퍼센트 이상 적게 발병하는 것을 확인했다. 이에 따르면 인종이나 남녀, 연령, 술의 종류에 상관없이 천연의 알코올을 매일 적절히 마시는 경우에는 심장질환, 각종 암, 관절염, 치매뿐만 아니라 뇌졸중도 크게 예방해주는 것으로 나타났다. 또한 26개의 연구논문을 메타분석한 연구에서도 매일 맥주 두병 정도를 마시는 사람은 뇌졸중 발병률이 금주자에 비해 크게 줄어드는 것으로 확인됐고 이는 미국 뇌졸중 협회의 연구에서도 동일한 결론으로 나타났다.[183]

이는 알코올이 혈전을 용해해 혈액순환을 원활하게 해주기 때문에, 합성화학물질에 의해 혈관이 굳어진 상태에서 천연의 알코올을 마실 경우 굳어진 혈관이 이완돼 뇌졸중을 예방해주고, 또한 혈전으로 혈류가 막혀 뇌에 산소 공급이 중단되면서 일어나는 뇌경색도 크게 감소하는 것으로 나타난다. 당뇨병환자와 고혈압환자는 뇌졸중의 위험이 크기 때문에 과음은 특히 위험하지만 매일 적당량의 알코올(45그램, 우리나라 맥주 2.5병)은 뇌졸중을 크게 감

소시켜 준다.

5. 유방암

1988년, 30만 명 이상의 여성을 상대로 알코올과 유방암의 관련성을 연구한 논문 6개를 검토한 메타분석에 의하면 술을 적당히 마시는 여성은 유방암 발병률이 13.6퍼센트이고, 금주자는 12.5퍼센트라고 한다. 즉 적당히 술을 마시는 여성이 금주자에 비해 1.1퍼센트 유방암 발병률이 높다고 한다. 그러나 연구자는 평생 동안 심장병, 당뇨병, 우울증, 뇌출혈 등에서는 적당히 마시는 사람이 월등히 건강에 유리하다는 점을 감안하면 미미하게 유방암의 위험이 높아진다고 해도 1.1퍼센트는 통계학 상 의미가 없는 수치이므로 적당히 술을 마시는 것이 좋다고 한다. 28년간 105,986명의 여성을 상대로 조사한 연구에서도 매주 3~6잔 정도로 적당히 술을 마시는 여성이 금주자에 비해 유방암 발병률이 15퍼센트 정도 높게 나타나는 사실을 확인했다. 그러나 매주 14잔 이상을 마시는 여성은 금주자에 비해 유방암 발병률이 50퍼센트 정도 높게 나타났다고 한다. 그러나 이 연구를 진행한 웬디 첸 하버드대학 교수도 "적절한 음주는 심장질환, 뇌졸중, 당뇨병, 우울증, 신장병, 골다공증, 관절염, 비만, 감염성 질병 등 대부분의 질병에 큰 도움을 준다는 사실을 고려할 때 약간의 유방암 위험률이 증가한다고 해도 적당한 음주를 하는 것이 더 좋다고 생각한다."고 한다. 예컨대 유방암으로 사망하는 여성은 25명 중 1명이지만, 심장마비로 사망하는 여성은 25명 중 10명에 해당한다고 한다.[184)]

반면 1994년, 캘리포니아 의과대학의 롱네커는 1980년대부터 발표된 논문 중 알코올이 유방암을 유발시킨다는 내용의 논문 38편을 연구하여 발표했다. 이에 의하면 여성이 매일 술의 종류에 상관없이 한 잔(미국의 한잔은 14그램으로 우리나라 가정용 맥주 1병에 해당)을 더 마실 때마다 유방암③ 발병률이 10퍼센트씩 증가한다고 결론을 내렸다. 그러나 그도 결론에 이르러서는 "적당한 음주는 남녀를 불문하고 각종 질병을 예방해주는 효과가 크기 때문에 유전자검사 등으로 유방암의 위험성은 있으나 다른 질병의 위험성이 없는 여성에 한해 금주할 필요가 있다."고 강조했다.[185)] 즉 유방암 유전자 검사를 통해 BRCA를 갖고 있지 않는 여성은 적당히 술을 마시는 것이 현명하다는 말이다. 그러나 필자는 유방암 유전자가 허구라는 사실을 알기 때문에 유방암 유전자 검사는 하지 말 것을 권고한다.

아마도 알코올이 여성의 폐경을 완화시키는 것을 고려하면 여성 호르몬인 에스트로겐의 분비를 촉진시키는 것으로 짐작된다. 반면 술을 담그는 누룩에 풍부하게 들어있는 크롬은 포도당의 대사를 원활하게 해주는 미네랄이어서 당뇨병과 우울증을 예방해준다. 당뇨병과 우울증이 없으면 폐경의 증상도 많이 호전된다. 그러나 다른 많은 연구에 의하면 유방암의 중요한 원인은 피임약, 골다공증 치료제 등 합성호르몬제와 콘돔, 질세척제, 탐폰, 호르몬화장품 등에 함유되어 있는 합성화학물질이다. 단지 술과 담배는 합성화학물질과 상승작용을 일으킬 수 있는 수 백 가지 인자 중 하나에 불과하다. 탄수화물이나 포도당을 발효시켜 알코올을 만드는 효모들은 알코올을 발효시킬 때 항산화제인 폴리페놀뿐만 아니라 레스베라트롤이라는 효소를 분비한다. 이 효소는 항산화물질이면서 혈액응고를 막아주는 기능도 한다.

---

③ 미국 하버드대학 바로 옆인 메사추세츠 주 처치 스트리트(Church Street) 110번지에 있는 로즈 극장의 한 쪽 벽에는 유방암 방지 운동 활동가인 벨라 아브주그, '침묵의 봄'의 저자이자 환경운동가인 레이첼 카슨, 시인이며 흑인 여성운동가인 오더 로드, 교육의 남녀평등 운동을 펼친 마이라 새드커 등 유방암으로 세상을 일찍 떠났던 12명의 대형 초상화가 그려져 있다. 그리고 그 초상화의 둘레에는 오염된 공기와 물, 농약, 원자력 발전소, 독성이 있는 가정용 제품과 산업폐기물 등 합성화학물질을 암시하는 검은색, 빨간색, 노란색 상징들로 둘러싸여 있다.

특히 이 레스베라트롤에는 뇌에 베타아밀로이드 단백질이 축적되는 현상도 막아주어 알츠하이머병을 예방해 주는 것으로 알려졌다.[186]

6. 기타.

일본에서 실시된 연구에 의하면 술을 적절하게 마시는 사람은 금주자에 비해 지능지수가 남성은 3.3, 여성은 2.5 정도 높은 것으로 확인됐다. 또한 미국에서 노인들을 상대로 실시한 연구에 의하면 적절히 음주를 하는 사람이 금주자에 비해 치매에 걸릴 위험이 현저히 작아진다고 한다. 결국 세계 각국의 수많은 연구를 종합해보면 적절한 음주는 장의 박테리아를 정상화시켜 면역체계를 회복시켜주기 때문에 각종 암과 심장질환, 뇌졸중, 당뇨병, 간경화뿐만 아니라 류머티스 관절염, 골다공증, 정신질환 등도 예방해주기 때문에 전체적으로 사망률을 크게 낮추는 효과가 있다.[187] 특히 알코올은 뇌의 적절한 휴식과 긴장완화 작용을 불러오기 때문에 삶의 질을 높여준다.

그러나 가장 중요한 사실은 인체 내에서 제4의 영양소로 작용하며 심장병, 뇌졸중, 당뇨병, 정신질환 등 각종 만성질병을 예방해주는 술은 야채나 과일을 발효시켜 만드는 천연의 술을 말하는 것이지 합성화학물질을 원료로 해서 만드는 화학주를 말하는 것이 아니다. 화학주에 함유되어 있는 합성의 에틸카바메이트는 뇌신경의 신호체계를 교란시키기 때문에 교감신경을 자극해 부신피질에서 아드레날린의 분비를 촉진시키고, 나아가 혈관을 수축시키며 혈압을 상승시켜 알코올과 비슷하게 '취하는 효과'를 만들지만 이것은 천연의 알코올 효능과는 달리 심장과 간, 신장, 혈관, 뇌 등을 파괴할 수 있다. 합성 에틸카바메이트는 아스팔트와 같은 석유의 폐기물로 독가스와 항암제로 사용하던 강독성의 물질이다.

반면 천연의 알코올이 제공하는 취하는 효과는 뇌신경의 긴장 상태를 완화시켜 부교감신경이 자극을 받아 아세틸콜린이나 엔돌핀의 분비를 자극해 혈관을 이완시키고 혈류를 좋게 하기 때문에 림프구로 하여금 신체 곳곳에 파괴된 조직을 회복시켜주는 등 면역체계를 강화시켜준다. 한편 약주나 고일주의 발효과정에서 효모에 의해 생성되는 천연의 에틸카바메이트는 항산화제로 면역체계를 강화시켜주는 인체의 보호자다. 주류의사들이 천연물질과 합성물질에 동일한 이름을 붙이는 까닭은 합성화학물질의 위험성을 은폐시키기 위함이다. 그리고 합성 알코올은 간의 기능을 약하게 만들어 일정 시간 휴식을 취해도 숙취로 고통을 겪게 되지만 천연의 알코올은 간의 효소작용에 의해 무해한 아세트산으로 변화시켜 쉽게 몸 밖으로 배출시키기 때문에 숙취를 겪는 경우도 거의 없다. 좋은 술을 마시면 아침에 개운한 까닭이 그 때문이다.

3장. 거짓 알코올 실험.

천연 알코올은 저밀도 콜레스테롤(나쁜 콜레스테롤, LDL)의 배출을 돕고, 고밀도 골레스테롤(좋은 콜레스테롤, HDL)의 생성을 촉진해준다. 그리고 혈액을 응고시키는 기능을 하는 '피브리노겐'과 '플라리스미노겐'의 수치를 떨어뜨려 혈액응고를 막아주고 동시에 혈전을 용해해 주기도 한다. 즉, 알코올이 혈전을 녹여주고 관상동맥의 흐름을 원활하게 해주며, 심장의 기능을 강화시켜 주는 것으로 알려져 있다. 때문에 술을 적당히 매일 마시는 사람은 심장질환, 뇌졸중, 간질환, 당뇨병, 고혈압 등에서 벗어날 수 있다. 그리고 간은 재생능력이 뛰어나므로 간이 약한 사람도 일주일에 하루 이틀 금주하면 간은 쉽게 회복된다.[188]

대부분의 연구에 의하면 술이 건강에 이롭다고 증명하는데도 불구하고 일부의 연구는 술이 건강을 크게 해친다고 한다. 그러나 술의 유해성을 밝혀내는 대부분의 실험은 한 번에

280그램 이상(19도 소주 5병에 해당)에 해당하는 알코올을 투여한 후 나타나는 유해성을 검증하는 방식이다(술과 담배의 유해성을 입증하기 위해 실험용 쥐에게 고용량의 알코올이나 타르를 주사로 혈관에 투여하는 실험을 주로 한다). 알코올이 체내에서 분해될 때 생성되는 이소아밀 알코올과 이소부틸 알코올, 그리고 희석식 소주④와 같은 저급 합성 알코올에 함유되어 있는 물질로 실험하면 인체에 유해함은 당연하다. 게다가 저급 술은 아스파탐과 합성 에틸카바메이트 같은 발암물질인 각종 식품첨가제를 혼합하여 만들어진 술이다.

그러나 사람들은 순수 에탄올만을 마시지 않는다. 마치 나트륨으로 실험한 결과를 가지고 소금의 유해성을 강조하거나, 카페인으로 실험한 결과를 가지고 커피의 유해성을 강조하는 것과 마찬가지다. 사실, 인간이 진화해 온 16억 년간 지방이나 단백질, 탄수화물, 콜레스테롤, 알코올 등 자연에 존재하는 천연물질은 충분히 적응해 왔기 때문에 모두가 건강에 이롭다. 천연이 아닌 합성 트랜스지방이나 산화 단백질, 가공 탄수화물, 산화 콜레스테롤, 합성 알코올 등 합성화학물질로 만들어진 물질이 건강에 해로울 뿐이다. 주류의사들은 대부분 암을 일으키는 3대 발암물질로 흔히 담배, 알코올, 방사선을 꼽는다. 특히 합성화학물질의 위험성으로부터 대중의 관심을 담배와 술로 돌리려 한다. 그러나 담배가 암을 유발한다는 과학적인 사실이 입증된 경우는 단 한 번도 없다. 단지 주류의사들이 의학학술지가 아니라 일반잡지에 칼럼으로 발표한 것을 같은 주류의사들이 계속해서 인용하면서 이를 증폭시켜 나간 것일 뿐이다.

주류의사들이 술이 모든 질병의 원인이라고 관심돌리기를 시도하지만, 알코올이 비만과 심장질환, 당뇨병, 고혈압, 간질환, 암, 정신질환 등을 예방해주는 효능을 입증하는 연구들이 계속 나오자 당혹해한다. 그러면서 “술을 마시지 않는 사람은 건강에 해로운 초콜릿이나 과자를 더 많이 먹을 가능성이 높고, 또한 많은 금주자들은 이미 이전에 과도한 음주로 건강을 상했기 때문에 금주자가 된 것이어서 술을 적당히 마시는 사람들보다 덜 건강한 것이다. 다시 말해 금주자가 덜 건강한 까닭은 이미 장기간의 과음으로 뚱뚱해졌고, 병에 걸렸기 때

④ 희석식 소주는 태국 등에서 수입하는 타피오카, 수입 쌀, 고구마 등을 합성 에틸카바메이트로 화학 처리하여 변화시켜 순도 95퍼센트 이상의 알코올을 생산해낸다. 효모는 보통 알코올 14퍼센트 이상에서는 죽기 때문에 효모를 발효시켜 만드는 천연의 알코올은 14퍼센트 이상으로 만들 수 없다. 따라서 14퍼센트 이상의 알코올은 증류 방법으로 만들거나 효모가 아닌 석유의 최종 폐기물인 합성 에틸카바메이트에 희석시켜 만든다.

이렇게 합성 에틸카바메이트로 화학처리해서 만든 95퍼센트 이상의 알코올 중 일부는 소독약, 가글제, 향수 등의 원료로 사용하고, 일부는 물을 섞어 20퍼센트 안팎의 소주를 만든 다음 아스파탐, 방부제, 향미제, 보존제 등 각종 첨가물을 섞어 희석식 소주를 생산한다. 특히 희석식 소주에서 숙취가 심한 이유는 에틸카바메이트에 수십 가지 합성첨가물을 혼입했기 때문이다. 발효주를 증류시켜 14도 이상으로 만든 술을 증류식소주라고 하고, 화학 알코올에 물에 희석시켜 만드는 소주를 희석식소주라고 한다.

그러나 에틸카바메이트로 만드는 합성 알코올은 체내에서 1급 발암물질인 포름알데히드로 전환되어 지방층에 축적되지만, 천연의 발효 알코올은 무해한 아세트산으로 전환돼 소변 등을 통해 체외로 배출된다. 종래의 25도의 소주가 23도, 20도, 19도, 18도, 17도로 계속해서 도수가 내려가는 까닭은 순한 소주를 만들려는 소주업계의 노력이 아니라 합성 에틸가바메이트의 농도를 줄이려는 식약청의 노력의 결과다. 반면 전통적인 우리나라 술은 곡물을 효모로 발효시켜 만드는 탁주, 증류과정을 통해 농도를 높여 만드는 증류식 소주, 곡물과 약초를 동시에 발효시켜 만드는 약주 등이다. 이 같은 전통적인 발효주에는 알코올, 탄수화물, 단백질, 인, 철, 나트륨, 칼륨, 칼슘, 마그네슘, 비타민, 니코틴산, 비오틴 등 각종 천연의 영양소가 풍부하게 들어 있지만 희석주에는 이 같은 영양소가 전혀 없다.

우리나라에서 희석주가 대중을 이루게 된 까닭은 ‘식량의 자급자족’이란 국가 정책 아래 1965년에 제정된 양곡관리법에 의해 곡류에 효모를 사용하는 증류주는 수출용으로만 허용되고 내수용으로는 합성화학물질로 만드는 희석주만 허용한 것이 계기가 되어 희석주가 대중적인 소주로 자리 잡게 되었다. 그러나 1995년에 양곡관리법이 개정되어 곡류를 발효시켜 만드는 증류주도 내수용으로 허용되고 있지만 증류주에 낯선 대중의 기피로 시중에 시판되는 소주는 대부분 희석주이고 증류주는 주로 수출용이다. 미국, 캐나다, 일본, 호주, 유럽 등 대부분의 나라가 합성 에틸카바메이트로 만드는 희석식 술은 식용으로 금지하고 있다. 또한 일본이나 오스트레일리아, 뉴질랜드는 술에 아스파탐을 첨가하는 것이 법으로 금지돼 있다.

문이다."고 말한다.[189)] 이런 변명은 얼마나 우스운가? 마치 리처드 돌이 '담배가 폐암의 원인이다.'라는 결론을 내려놓고 이에 맞는 통계자료를 수집하는 과정에서, 1950년에 조사했던 통계조사에서 하루에 담배 네 갑 이상을 피운 사람이 금연자보다 더 건강하고, 더 오래 살았다는 결과가 나오자 당혹해 한다. 그리고 "이렇게 엄청난 흡연량을 이겨낼 수 있는 튼튼한 허파와 심장을 가진 사람들이라면 담배 속의 유해물질에 대해서도 충분히 저항력을 갖고 있다."고 억지로 해석하는 경우와 동일하다.[190)] 이것은 그냥 소설이다. 그들의 무지를 감추고 권위를 스스로 만들어 내기 위한 3류 소설!

사실 담배나 알코올이 건강을 해친다는 말도 일부는 맞는 말이다. 그러나 정확하게 표현하자면 천연의 담배나 천연의 알코올이 아닌 합성알코올과, 담배와 알코올의 제조 과정에 투여되는 방부제, 방염제, 감미제(아스파탐⑤, 사카린 또는 글루탐산나트륨), 표백제, 향미제 등 각종 합성첨가물을 다량 첨가해 면역체계가 약해지기 때문이다. 특히 대부분의 술에 첨가하는 글루탐산나트륨⑥(미원, 미풍, 맛소금, 다시다 등의 주원료)과 아스파탐 등은 '신경독소'로 불리며 뇌의 영양소인 포도당의 흡수를 방해하고, 알루미늄과 결합해 알츠하이머병을 일으키는 것으로 확인됐다. 천연의 담배는 천연의 각성제이자 치료제이고, 천연의 알코올은 면역체계를 회복시켜주는 제4의 영양소이자 천연의 약이다. 우리나라 속담에 "술은 백약의 으뜸이다."라는 말이 있다. 술은 보약이라는 말이다. 주류의사들에 속지 말고 합성 술이 아닌 천연의 술로 우리 건강을 지키고 우리 삶을 즐겁게 엮어가자.

4장. 모든 질병의 원인은 술, 담배?

1. 청교도 이데올로기.

미국이나 우리나라에서 만성질환의 주요 원인을 흡연과 음주로 돌리는 까닭은 흡연과 음주를 금기시하고,⑦ 반면 부를 신의 축복으로 생각하고 질병을 신의 저주로 생각하는 미국

---

⑤ 아스파탐은 설탕보다 200배나 단 맛이 나면서도 칼로리가 적은 식품첨가제로 메탄올, 페닐알라닌, 아스파르트산으로 만들어진 합성화학물질로 전 세계에서 가장 많이 사용하는 감미제다. 1966년에 서얼컴퍼니에서 개발하여 안전성 실험을 조작, FDA의 승인을 받고 시판 중이던 아스파탐은 신경계를 자극해 뇌암, 우울증, 당뇨병, 정신이상, 다발성 경화증, 기형아 출산 등을 유발시킨다는 과학적인 증거들이 계속 나타나면서 1975년에 승인이 취소된다. 그 후 의학이 아니라 정치의 힘으로 1981년에 다시 승인되어 현재에 이르고 있으며 가장 의학적 논란이 심한 감미제다. 아스파탐은 장내에서 페닐알라닌이란 물질로 분해되는데 아미노산을 소화시키지 못하는 페닐케톤뇨증(PKU) 환자에게는 치명적이므로 현재 대부분의 나라에서는 아스파탐을 첨가한 경우 '페닐알라닌 함유'라고 표시하도록 하고 있다. 반면 메탄올은 공업용 알코올로 1급 발암물질이다.

⑥ 천연의 글루탐산나트륨은 야채, 과일, 계란, 고기 등에 풍부하게 들어 있다. 그러나 시중에서 사용하는 글루탐산나트륨은 처음에는 다시마에서 추출했지만 현재는 석유의 부산물인 타르 또는 유전자를 조작한 '코리네박테리움 글루타미쿰' 박테리아를 이용해 대량 생산한다. 분자구조 $C_5H_9NO_4$로 화학적인 작용은 아스파탐과 유사하다. 다만 아스파탐은 100퍼센트 합성화학물질로 만든다.

⑦ 미국은 1920년부터 1933년까지 전국적으로 술의 제조, 판매, 음용을 금지했다. 이 법안을 주도했던 앤드류 J. 볼스테드의 이름을 따서 볼스테드법이라고도 한다. 금욕주의를 바탕으로 하는 미국의 청교도사상에 근거를 두고, 정치계와 산업계의 부패에 대한 대중의 분노를 다른 곳으로 돌리기 위한 전략으로 금주법 시대를 열었지만 현실은 법안의 취지와 전혀 다른 방향으로 전개됐다. 뉴욕의 경우 금주법 시행 전 1만 5,000개이던 술집이 금주법 시행 후 3만 2,000개로 오히려 증가했다. 금주법을 비웃기라도 하듯 무허가 술집들의 개업이 줄을 이은 것이다. 오히려 불법 술은 고가로 팔 수 있는 수익재로 변했다.

밀주 제조로 거대한 마피아 조직을 거느리게 된 알 카포네를 비롯해 술을 밀수, 밀송, 밀매하는 조직폭력배들이 창궐했고, 거대한 주류사업의 이익을 노린 폭력조직 사이의 살인사건도 잇따랐다. '광란의 20년대'라는 조어가 탄생될 정도였다. 폭력조직들이 조성한 검은 돈과 서민들로부터 벌금 명목으로 받아낸 돈은 부패 경찰과 부패 정치인의 주머니를 채우는 데 쓰였다. 그 후 대공황 시절인 1933년에 이 법은 폐지되고 각 주의 자치로 일임했다.

그러나 현재까지 조지아, 코네티컷, 인디애나 등 14개 주는 일요일에 금주법이 시행되고 있고, 43개 주에

식 청교도 사상에서 유래한다. 주류의사들의 무지와 탐욕이 빚어낸 관심돌리기도 역시 미국식 청교도의 극단주의에서 나온 전략이다. 청교도는 극단적인 근본주의 입장을 고수하면서 술, 담배, 섹스, 노래, 춤, 연극 등을 금기시 하고, 반면 황금만능주의, 개인주의, 배타성, 이중성, 흑백논리, 잔혹성 등의 특성을 기반으로 하는 파시즘이다. 또한 청교도는 지나칠 정도로 죄의식을 강조한다. 죄인, 죄인, 죄인, 속죄, 속죄, 속죄... 그들은 질병을 죄의 댓가로 여기기 때문에 당연히 받아들여야 하는 고통으로 여기려는 경향이 강하며 모든 삶에 최고선을 청교주의에 두려고 한다.⑧ 그러나 특이한 사실은 미국인들이 교리상으로는 술, 담배, 섹스 등을 철저히 금기시 하면서도 지하에서는 이들을 맘껏 즐기는 이중성을 띤다는 것이다.

게다가 술과 담배가 암 발병률을 높인다는 이 같은 거짓 연구는 대부분 신자유주의 이데올로기를 등에 업은, '규제완화'라는 희미한 유령이 전 세계를 덮어 극심한 혼란을 겪으며 정치, 경제, 사회, 문화 등 모든 부문이 부패해가던 1980년대 이후에 더욱 강조된다. 이때는 인간 광우병, 유전자조작, 아스파탐, 방사선조사 등의 위험성과, 급증하는 각종 질병의 원인을 감추기 위해 미국의 청교도 근본주의 집단이 담배공포를 증폭시키고, 에이즈공포를 새로 만들어내던 시기였다. 따라서 이 시기에 나온 연구들은 대부분 술과 담배가 유방암과 간암, 폐암을 비롯해 각종 암과 심장질환, 고혈압, 당뇨병, 뇌졸중, 관절염, 신부전증 등 모든 질병의 원인이라는 결론을 내리지만 사실 이 연구들은 의학적 연구가 아니라 정치적인 이데올로기였다.

미국에서는 레이건이 대통령이 등장하고, 영국에서는 대처 수상이 등장하면서 민영화에 따른 특혜와 관련된 부패는 깊어가고, 기업에 대한 특혜가 쏟아져 나오고, 빈부격차는 점점 심해지고, 취약계층에 대한 복지는 축소되고, 규제는 철폐되고, 세금은 줄어들고... 모든 것이 너무도 빠르게 보수로 회귀하며 사회는 온통 잿빛으로 덧칠하기 시작하던 시기였다. 레이건은 취임하자마자 "진화론은 하나의 이론일 뿐이며 생태계를 파괴하는 주원인은 나무다."라며 대기오염의 문제를 철저히 무시하기 시작했다. 그리고 환경청과 식품의약국 등에서 규제를 담당하는 직원 수천 명을 해고하면서 규모와 활동범위를 제한하고, 그 중 상당수는 근본주의 청교도인 친기업형 인사들로 교체했다. 특히 이러한 상황은 2000년대 부시 대통령 시절에는 극에 달한다.

규제완화와 민영화, 감세 등의 교리를 갖추고 있는 '신자유주의'라는 새로운 종교가 만들어지고 있었다. 종교가 전파되는 데는 공포가 가장 효율적이다. '천벌', '사후지옥', '마녀사냥', '종교전쟁' 등 모든 공포를 동원할 때 종교는 성공적으로 전파된다. 칼뱅의 극단적인 종교가 성공할 수 있었던 주요 원인도 강경한 종교재판을 통해, 근세에 들어오면서 폐기됐던 화형제도를 스위스와 미국에 도입했기 때문이다. 초기에 신학교로 시작했던 하버드대학에는 지금도 화형제도 기념관이 남아있다. 이런 이유로 새로운 종교를 전파하는 데도 공포가 필요했다. 게다가 1980년대 초부터 환경단체를 중심으로 대기오염에 대한 우려의 목소리가 커지고, 반면 ACSH를 중심으로 한 친기업의 주류인사들은 DDT의 부활을 주장하면서 생태계문제는 매일 매스컴을 강타하던 시절이었다. 그리고 양심적인 비주류 과학자들에 의해 폐

서 실내 흡연을 불법화하고 있으며, 모든 주에서 미성년자에게 술과 담배를 판매할 수 없도록 법으로 금하고 있을 정도로 문화의 근저에 음주, 흡연에 대한 거부감이 강하다.

⑧ 2005년, 미연방대법원은 "대마초가 항암치료를 받고 있는 암환자들의 고통을 완화시켜줄 수 있다는 과학적 증거는 많지만 그래도 의료용으로 대마초를 사용하면 연방법에 의해 처벌을 받을 것이다."며 마약을 의료용으로 사용하는 것을 금지한다고 선고했다. 헌법상 마약 사용을 금지한 조항을 근거로... 반면 다음해인 2006년에 미연방대법원은 "모든 시민들이 준수해야 할 연방법의 마약사용금지 조항도 종교행사로 필요하다면 종교인에 대해서는 적용되지 않는다."며 기도회에서 환각 상태를 활용하기 위해 마약을 사용한 혐의로 기소됐던 뉴멕시코 주의 교회에 무죄를 선고했다. 헌법상 보장된 종교의 자유를 근거로...

암 등 각종이 주원인이 합성화학물질이라는 사실이 드러나기 시작하던 시기이기도 했다. 1940년대부터 여러 가지 경로를 통해 인체에 흡수된 각종 합성화학물질로 인해 이 시기에 많은 사람들에게 암이 집중적으로 발병하기 시작했다. 특히 먹이사슬의 정점에 있는 인간이 모유를 통해 질병의 발병 인자를 그대로 아기에게 전달하게 된다는 사실이 밝혀지면서 합성화학물질을 규제해야 한다는 목소리가 높아지던 시기였다.

이와 같이 상황에서 의학적인 연구와는 달리 대부분의 주류의사들은 심장질환자나 당뇨병환자뿐만 아니라 모든 환자에게 공포심을 일으키면서 금연과 금주를 권하는 까닭은 청교도식의 현대의학을 신흥종교로 받아들이기 때문이다. 그들은 말하기를 의과대학에서 담배와 술을 금지시키라고 배웠다는 것이다. 존스홉킨스 의대교수 바바라 스타필드는 2009년의 논문에서 "미국에서 전체 사망의 세 번째 원인은 약의 부작용과 의사의 과실로 매년 225,000명이 사망해 심장질환과 암에 이어 3번째의 사망원인이라고 생각했는데, 지금은 사망자를 은폐하는 것까지를 고려하면 제일의 원인이다."라고 한다. 그녀에 의하면 "약의 부작용으로 인한 사망자가 전 세계에서 미국이 특히 높은 까닭은 미국인들이 흡연과 음주, 성폭행을 비도덕이라고 생각하는 반면에 약의 부작용에 대해서는 거의 신경을 쓰지 않기 때문이며, 의사들의 무지와 탐욕으로 인해 현대의학은 말기 단계로 접어들었다."고 지적한다.[191]

천연 알코올이 제4의 영양소이고 따라서 각종 질병을 예방해준다는 연구 결과들이 계속해서 발표되자 주류의사들은 '적당히 마시면 건강에 좋다.'는 사실을 강조하면서 '적당히'란 범위를 하루 1~2잔이란 뉘앙스를 유포시켰다. 세계보건기구(WHO)와 미국 알코올연구소(NIAAA)의 표준 지침에 의하면 남성은 1일 2드링크⑨를, 여성은 1일 1드링크를 권장한다. 그러나 많은 의학 연구들을 검토할 때 최대 1일 권장 알코올양은 미국 권장량의 3배에 달하는 70그램(여성은 40그램)으로 가정용 맥주 5병(여성은 3병) 정도에 해당한다.[192]

2. 에틸카바메이트의 실체.

미국의 영향력에 크게 좌우되는 세계보건기구는 1998년에 주된 성분이 에탄올인 술을 방사선물질과 같은 1급 발암물질로 규정하고, 2007년부터는 와인 등 발효주에서 검출되는 천연의 '에틸카바메이트'를 2A등급으로 규정해 많은 사람들을 당혹스럽게 하고 있다. 그리고 세계보건기구(WHO)는 지금도 인터넷 미디어센터의 공지 첫 문장을 통해 "매년 250만명이 알코올로 죽어간다."고 경고하고 있지만 그 숫자의 구체적인 산출 자료는 공개하지 않고 있다. 한 마디로 담배공포, 에이즈공포를 조장할 때와 같이 그냥 해보는 소리일 뿐이다. 그러면서도 본문에서는 '적절한 음주'를 권장하기도 한다. 그리고 아직도 미국 캘리포니아주는 모든 주류판매점에 "경고 : 술은 당신에게 암을 일으킬 수 있습니다."라는 경고문을 부착하도록 의무화하고 있다.[193]

발효주를 포함해 천연의 발효음식인 고추장, 된장, 간장 등에서도 검출되는 천연의 에틸카바메이트가 암을 유발한다는 것은 과실주에서 에틸카바메이트만을 별도로 추출해 동물에게 고농도로 투여해서 얻어낸 결과다. 담배에서 니코틴 또는 타르만을 추출하면 독이고, 소금에서 나트륨이나 염소만을 추출하면 독인 것과 마찬가지로 이는 잘못된 환원주의 과학이다. 공기에서 산소만을 별도로 추출하면 독이지만 산소가 포함된 공기는 생명에 필수적이

⑨ 영국 단위 unit(단위)와 미국 단위 drink(잔)는 맥주를 기준으로 할 때 12온스(와인을 기준으로 하면 5온스)로 340그램에 해당한다. 반면 미국의 맥주는 주로 5도로 1잔이나 1단위의 알코올 중량은 14그램에 해당한다(340×0.05×0.8=13.6). 우리나라 4.5도 맥주(식당용 기준, 500ml)는 18그램에 해당하므로 1잔이나 1단위는 0.8병 정도에 해당한다(가정용 맥주는 360ml이므로 13g에 해당하므로 1병이 1잔 또는 1단위에 해당). 14드링크는 식당용 맥주 10병 정도에 해당한다.

다. 또한 나트륨이나 염소가 독이지만 이런 것이 다른 성분과 조화를 이룬 소금은 생명유지에 반드시 필요하다. 사실 천연의 에틸카바메이트는 다른 각종 영양소와 효소, 체내의 미생물과 상호작용을 일으켜 아무런 부작용을 일으키지 않고 각종 질병을 막아주는 항산화제로 작용한다. 반면 세계에서 유일하게 우리나라에서만 화학주를 만드는데 사용하는 합성 에틸카바메이트는 콜타르(아스팔트에 섞어 도로를 포장하는데 쓰이는 검은 색의 끈끈한 액체), 벤조피렌⑩, 크레오소트(목재 방부제로 사용) 등과 함께 석유를 정제하는 과정에서 만들어지는 폐기물로 이들은 모두 치명적인 발암물질이다. 따라서 발효주에서 검출되는 천연 에틸카바메이트와 화학주에 희석시키는 합성 에틸카바메이트는 전혀 다른 물질이다. 그럼에도 불구하고 전혀 다른 물질에 동일한 명칭을 사용하는 까닭은 합성물질과 천연물질을 혼동시켜 이 두 가지를 구분하지 못하도록 해 화학산업을 보호하기 위한 음모다.

미국은 엄격한 금연과 금주로 인해 다른 선진국에 비해 흡연율도, 음주율도 낮은 편이다.⑪ 반면에 미국의 알코올 중독자 비율은 다른 나라에 비해 8배나 높은 1,950만 명(전체 인구 중 12세 이상의 8.3퍼센트)에 달하고, 가공식품과 약물의존도도 거의 8배나 높다. 마약 중독자는 세계 1위로 770만 명에 달하고 마리화나 생산량도 세계1위로 350억 달러에 달할 정도로 마약 생산량과 소비량은 세계 최고 수준이다. 따라서 미국 소규모 영농인의 제1의 수입원은 마약인 마리화나를 재배하고 가공하는데서 나온다고 한다. 게다가 경악할 사실은 미국에서 생산되고 소비되는 마약은 대부분이 합성마약이다.[194]

사실 암은 수백 가지의 합성화학물질에 노출된 후 수십 년의 잠복기를 거쳐 면역체계가 서서히 무너진 후에 비로소 발병하는 질병이다. 따라서 암의 직접적인 인자를 찾아내기란 거의 불가능하기 때문에 위험인자를 찾아내 미리 예방할 수밖에 없다. 환자들의 기억에 의존하는 설문조사로 수십 년에 걸쳐 노출되는 암 인자를 찾으려는 연구는 사실 통계에 의한 의학이다. 게다가 암 인자는 일상생활 속에 깊이 숨어 있기 때문에 환자가 암 인자와 노출 정도를 인식하고 있을 가능성도 없다. 그러므로 주류의사들이 모든 암의 원인을 술과 담배로 돌리려는 의도는 마치 '길 건너편에서 잃어버린 열쇠를 가로등 밑이 밝다는 이유로 거기에서 찾는 격'이다. 암의 원인을 찾는 연구논문은 지금까지 160만 가지가 넘지만 거의 대부분이 1950년대 초의 연구논문을 재탕하는 것이어서 결론은 늘 '술과 담배가 암의 원인'이라는 내용으로 끝을 맺는다. 이는 유방암을 포함해 모든 암의 원인은 전리방사선, 아트라진, 프탈레이트, 나노입자 등 합성화학물질과 인공 자외선 등이라는 사실이 밝혀졌으나 주류의사들이 제약산업과 화학산업 등을 비호하기 위해 관심을 다른 곳으로 돌리려는 정치적 기만이다.[195] 제약산업과 화학산업 등이 던져주는 더러운 돈에 눈이 멀어!

5장. 술에는 아무 것도 넣지 마라.

청교도 정신과 규제완화 정책이 약한 유럽에서는 미국에 비해 술, 담배, 섹스, 음악 등을

⑩ 공장의 굴뚝이나 자동차의 배기통의 벽면에 남아 있는 검은 재로 1급 발암물질이다. 그러나 자연의 물질이 타면서 생성되는 천연의 벤조피렌은 다른 성분들과 상호작용을 일으켜 인체에 아무런 해를 미치지 않지만 석유, 비닐 등 합성화학물질이 타면서 생성되는 벤조피렌은 인체에 치명적인 질병을 유발한다. 따라서 육류의 방부제인 아질산나트륨 등 합성화학물질이 들어 있지 않은 천연의 고기를 태울 때는 위험성이 거의 없다.

⑪ 2006년도 기준으로 여성의 흡연률에서 일본은 14퍼센트, 덴마크는 41퍼센트, 프랑스는 52퍼센트에 달하는 반면 미국은 24퍼센트이고, 남성의 흡연률은 스웨덴 26퍼센트, 일본 61퍼센트, 프랑스 76퍼센트인 반면 미국은 28퍼센트다. 알코올 소비량에 있어서도 OECD 25개국 중에서 미국은 우리나라(하위 4번 째)에 이어 하위 다섯 번째에 속한다. 이러한 비율은 10년 이상 비슷하다. 특히 미국은 청교도 정신의 이중성에 의해 알코올을 마약과 같이 취급하기 때문에 설문조사에 의할 경우에는 극히 낮은 수치가 나오지만 알코올 소비량을 기준으로 할 때는 선진국 중 중간 정도로 나타난다.

자연스럽게 즐기는 문화를 유지하고 있다. 프랑스는 포도주와 담배를, 독일은 맥주와 담배를 즐기는 국민으로 유명하다. 특히 독일 바이에른 공화국의 빌헬름4세는 1516년에 맥주순수령⑫을 내려 독일에서 생산되는 맥주에는 홉, 보리, 효모, 물 이외에는 어떠한 첨가제도 섞지 못하도록 했다. 이런 전통으로 인해 지금도 독일은 천연의 맥주로 유명하다. 포도주에는 폴리페놀이라는, 맥주에는 타닌산이라는, 막걸리에는 토코페놀이라는 항산화제가 풍부하게 들어있고 그 외에 각종 비타민, 크롬, 철, 칼륨, 칼슘, 나트륨, 인, 마그네슘, 니코틴산 등 면역체계를 강화시켜 주는 성분이 풍부하게 들어 있어 각종 암이나 심장질환, 당뇨병, 고혈압 등을 예방해준다. 반면 발효과정을 거쳐 만들어내는 천연 알코올에 들어있는 물질들은 모두 체액과 삼투압이 같은 등장물질이다. 따라서 알코올을 섭취한 후에 소변이 자주 마렵다 해도 건강에는 아무런 영향을 미치지 않는다. 소변으로 배출하는 수분은 단지 알코올에 포함된 수분만 배출하는 것이지 체액이나 영양소, 효소 등은 배출하지 않기 때문이다.

이런 이유 때문에 프랑스와 독일을 비롯한 유럽인들과 아시아, 아프리카, 아메리카 인디언들은 술과 담배를 미국인에 비해 두 배 이상 즐기지만 심장병, 뇌졸중, 암 등 각종 질병은 미국인에 비해 2분의 1밖에 되지 않는다. 그러나 우리나라에서 판매되는 알코올에는 방부제로 발암물질인 아질산나트륨을, 감미제로 역시 발암물질인 아스파탐을, 향미제로 금속의 연마제로 사용하고 수은과 납 등을 함유한 구연산을, 색을 내기 위해 발암물질인 캬라멜을, 거품이 일게 하기 위해 시멘트와 비료, 고무 등의 제조에 사용하는 염화암모늄을, 부드러운 맛을 내게 하기 위해 부동액에 사용하는 글리콜 등을 첨가한다.

그리고 화학주는 치명적인 합성 에틸카바메이트가 주원료다. 때문에 화학주에는 영양소가 전혀 없어 칼로리도 없다. 그리고 맥주의 원료로 사용되는 보리 등은 유전자조작 곡물을 사용하고, 방사선을 이용한 저온살균을 하기 때문에 효소가 살아남지 못할 뿐만 아니라 DNA성분도 파괴되거나 변형시키기 때문에 소비자를 늘 불안에 떨게 하고 있다. 따라서 슈퍼에서 구입하는 맥주는 '천연의 살아 있는 맥주'가 아니라 '화학처리한 죽은 맥주'다. 그러나 미국이나 우리나라의 법에 의하면 이토록 많은 종류의 합성화학물질을 술에 첨가해도 술은 음식이 아니어서 술의 활성성분인 주정의 재료 이외에는 어떤 성분도 라벨에 표기하지 않아도 된다.

6장. 끝까지 알코올을 막아라.

1. 더 위험한 무알코올 맥주.

지금까지 제약회사와 식품회사의 재정지원 없이 독립적으로 알코올과 건강과의 문제를 다룬 논문은 세계적으로 100편이 넘지만 거의 대부분이 알코올은 건강에 유익하다는 내용이다. 사실 천연의 알코올은 수만 년 동안 인류의 진화과정을 통해 함께 해온 음식이다. 인간은 이미 알코올에 적합하게 진화했고, 따라서 알코올은 여러 가지 건강을 지켜주는 작용을 한다. 지금도 우리 몸에서는 미생물이 끝없이 탄수화물을 천연의 알코올로 변화시키고 있다. 다만 알코올이 혈류를 좋게 하는 반면 잠시 흥분제 작용도 하기 때문에 이성적인 판단이 흐려질 수 있어 운전을 해야 하는 사람이나 폭력적 기질이 있는 사람 등은 알코올이 치명적일 수 있다. 그 외에 적절한 음주는 모든 면에서 유익하다.

이런 이유로 청교도 국가인 미국에서는 알코올의 가이드라인을 정하는 문제가 가장 큰

⑫ 맥주에 설탕 등 이물질을 넣으면 자신이 만든 맥주를 4.5리터를 그 자리에서 마시게 하거나 상습범인 경우에는 사형까지 선고했다.

딜레마가 되고 있다. 종교적 환경으로는 알코올을 금해야 하지만, 술의 종류에 관계없이 천연 알코올이 심장질환, 고혈압, 뇌졸중, 당뇨병 등 각종 질병을 예방해준다는 것이 확실히 입증되었기 때문이다. 그래서 주류담배총기관리국(BATF)에서는 1991년 이후 여러 차례 적정량의 기준을 변경하다가 결국 각 개인의 특성에 맞도록 '적절하게' 마실 것을 권장하고 있다. 물론 그 기준은 비청교도 국가인 유럽이나 아시아, 남미, 아프리카 등에 비하면 월등히 적은 양이다.[196]

미국에서는 이런 분위기로 인해 청소년에게 판매하는 맥주에서 알코올을 뺀 무알코올 맥주가 크게 유행하고 있다. 무알코올 맥주는 일반 맥주와 생산과정이 동일하지만 마지막 공정에서 알코올 성질을 제거하는 과정이 하나 더 추가된다. 그러나 알코올을 제거하기 위해서는 합성화학물질을 추가하게 되는데 오히려 알코올보다 더 건강에 해로운 물질이다. 예컨대 미국에서 가장 인기 있는 무알코올 맥주 루트비어는 알코올을 중화시키기 위해, 수십 년 전에 발암물질로 밝혀져 사용이 금지된 합성 사프롤을 첨가한 것으로 밝혀져 FDA에 의해 시판이 중단되기도 했다. 그 당시 제조업체는 사사프라스 나무에서 추출하는 사프롤이 합성화학물질이 아니라 코코아나 후추, 생강의 뿌리에도 풍부하게 들어 있는 천연이라고 선전했다.

천연에 존재하는 물질이라도 이를 자연에서 추출하지 않고 석유에서 추출해낸 물질의 분자구조를 바꿔 합성해내면 이는 천연이 아니다. 또한 자연의 물질에서 추출하는 경우에도 특정 성분만을 추출하면 그것은 상호작용을 하지 않기 때문에 합성화학물질과 같이 독으로 작용한다. 그러나 이를 천연으로 받아들이는 까닭은 천연과 합성을 구별하지 못하는 미국식 환원주의 과학의 결과다. 현재 루트비어는 중화제의 종류만 바꾼 채 다시 시판이 허용되어 미국이나 캐나다, 우리나라에서 가장 인기 있는 무알코올 맥주로 팔리고 있다. 특히 우리나라에서는 무알코올 생산이 금지되어 있어 노래방 등에서 마시는 청소년용 무알코올 맥주는 거의 대부분 미국, 캐나다 또는 일본산이다. 참고로 일본에서 생산하는 무알코올 맥주에는 헤테로사이클린 아민(HCAs)이라는 발암성 합성화학물질이 들어있다. 이는 마치 카페인이 건강에 나쁘다는 주류의사들의 무지 때문에 많은 사람들은 페인트, 왁스, 우레탄발포제 등의 원료이며 발암물질인 염화메틸렌이나 아세트산에틸로 카페인 성분을 중화시킨 무카페인 커피를 섭취하는 것과 동일하다.

그럼에도 불구하고 주류학자인 영국의 브라이언 클레그는 우리가 흔하게 섭취하는 일반 식단에서 알코올의 발암 위험성이 93퍼센트이고, 커피는 2.6퍼센트라며 기타 야채에 들어 있는 합성화학물질인 제초제나 살충제 성분은 전부 합쳐도 4퍼센트도 되지 않는다고 한다. 다시 말해 농약은 소량이라서 안전하니 걱정하지 말고 마음 편하게 먹으라는 말이다.[197] 그러나 이 분석은 치명적인 의도가 깔려 있는 일종의 조작된 연구다. 술과 커피에 들어 있는 알코올과 카페인 성분을 별도로 추출해 발암여부를 판단하고, 이를 야채에 들어 있는 살충제 성분과 비교한 수치였다. 천연의 성분을 술이나 커피로 섭취할 때는 인체에 아무런 해를 미치지 않지만 별도로 화학처리해서 추출해내면 모두 발암물질이 된다. 클레그는 유전자조작과 생태계파괴의 위험성을 부정하는 대표적인 친산업계 학자다. 물론 필자도 가공되지 않은 야채, 과일은 비록 거기에 살충제 성분이 들어 있다 해도 적극 권하는 음식이다. 약과 가공식품보다는 위험성이 크게 덜하니까!

2. 합성과 천연은 전혀 다르다.

그러나 천연의 알코올은 적당히 마시면 건강에 무척 이롭고, 가끔 과용한다 해도 건강에

는 거의 해를 미치지 않는다. 천연의 물질은 체내에 축적되지 않고 빠른 시간 내에 배출되기 때문이다. 예컨대 천연의 알코올을 과음하여 중추신경이 마비되고, 자율신경계의 통제 아래 몸을 내맡기게 되는 소위 '필림이 끊기는 현상'인 블랙 아웃(black out)이 일어난다 해도 7시간 정도만 잠을 자면 정상으로 돌아온다. 물론 잠에서 깨어난 후에도 얼마 동안 두통은 따르지만 야채와 과일 등을 섭취하며 하루 정도 지나면 완전히 정상이 된다. 알코올이 건강을 해치는 까닭은 천연 알코올이 아닌 합성 알코올을 마시기 때문이다.

합성에틸렌으로 만든 메틸알코올(메탄올)과 천연의 에틸알코올(에탄올)은 전혀 다른 물질이다. 분자구조도 다르다. 합성알코올은 분자식이 CH3OH이지만 천연의 에틸알코올은 C2H5OH다. 메틸알코올은 체내에서 포름알데히드로 변하는데, 포름알데히드는 면역체계를 무너뜨리고 간을 파괴할 뿐만 아니라 혈관을 굳게 해 실명, 고혈압, 뇌졸중, 심장마비 등을 일으키기도 하고 신장을 약화시켜 신부전증과 각종 암을 유발하는 1급 발암물질이다. 메탄올은 가장 많이 쓰이고 있는 아스파탐의 원료 중 하나이기도 하다. 반면 에틸알코올은 아세트알데히드를 거쳐 약해진 면역체계를 회복시켜 부식된 혈관을 회복시키고, 혈압을 정상으로 유지하고, 심장질환과 비만, 당뇨병 등을 예방하며 각종 암 등 만성질병을 예방해 주는 효능이 있는 천연식초 아세트산⑬으로 변환돼 몸의 건강을 지켜주는 작용을 한 후 소변으로 배출된다.[198] 우리의 체내에서는 박테리아에 의해 끊임없이 천연의 발효알코올이 만들어진다. 그러나 이 천연의 발효알코올은 인간에게 아무런 해를 미치지 않고 오히려 항산화제로 작용해 각종 질병을 예방해주면서 건강을 지켜주지만 합성알코올은 자연에 존재하지 않는 물질이어서 독으로 작용한다.

한편 주류의사들은 자연의 야채나 과일에도 메틸알코올이 존재한다며 야채 등에 들어 있는 메틸알코올이 인체에 아무런 해를 미치지 않는 것과 마찬가지로 합성알코올인 메틸알코올도 아무런 해를 미치지 않는다고 주장하기도 한다. 그러나 천연의 메틸알코올은 음식 속에 존재하는 다양한 다량영양소와 효소, 미량영양소, 미네랄 등의 상호작용에 의해 면역체계를 튼튼하게 해준 후에 그대로 몸 밖으로 배출시키기 때문에 건강에 아무런 해를 미치지 않는다. 반면 분자구조가 같은 에틸알코올이라도 발효과정을 통해 자연적으로 만드는 에틸알코올은 전 세계에서 술로 애용하지만, 산업용으로 사용되는 에틸알코올은 제조과정에서 에틸카바메이트 등 각종 합성화학물질을 첨가하기 때문에 술로는 사용할 수 없다. 때문에 전 세계의 대부분의 나라에서는 메틸알코올이나 산업적으로 생산하는 에틸알코올은 연료, 의약품, 식품첨가제, 공업용 첨가제 등으로만 허용하고 술로는 금지하고 있다.

참고로, 과거 1920년대부터 1970년대까지 자동차의 가솔린에 옥탄가를 높이기 위해 에틸납을 첨가했다가 대기를 크게 오염시키면서 신경조직 파괴, 폐암 등을 유발시키는 것으로 확인되어 현재는 전 세계에서 사용이 금지됐다. 이에 대한 대응책으로 옥탄가를 높이고, 일산화탄소의 배출량을 줄이려는 시도에서 첨가하는 합성화학물질이 MTBE다. 그러나 20년이 지난 1990년대 말, 이 물질이 수질을 크게 오염시키며 신경조직을 파괴하고, 폐암과 간암 등을 유발시킨다는 사실이 밝혀지면서 미국에서는 2002년 말부터 사용을 금지했다. MTBE에 대한 대체용으로 미국을 중심으로 크게 이용되고 있는 것이 공업용 에탄올이다. 공업용

---

⑬ 식초는 피부표면에 쌓이기 쉬운 각질을 제거하고, 신진대사를 촉진시켜 줌으로써 피부재생을 원활히 해주기 때문에 기미, 주름, 다크서클, 탄력부족 등의 증세를 완화해준다. 그러나 식초는 강산성이므로 화장수를 만들 때는 정제수를 희석시켜 피부에 맞게 산성도를 조절해 사용해야 한다. 목욕물에 식초를 혼합해 사용해도 좋다. 여드름이나 습진, 비듬, 티눈, 각종 피부염, 대상포진 등의 치료에도 식초는 아무런 부작용 없이 치료해준다. 그리고 농도를 낮게 해 여성용 질세척제로도 훌륭하게 활용할 수 있다. 술과 식초는 같은 공정에서 만들어지는 천연의 음식으로 옛날부터 '신이 인간에게 선물해준 최고의 선물'이라고 알려져 왔다.

에탄올은 주로 옥수수 등 곡물에서 생산되는데 오염물질이 적게 나온다는 장점이 있지만 반면 열효율이 낮다는 점과 식량에서 생산한다는 점이 문제다. 이에 대해 대체물로 연구하는 것이 휘발유와 에탄올을 섞은 가소올이다. 그러나 이것도 근본적인 해결책이 될 수는 없다. 휘발유는 석유에서 추출해 내는, 강독성 발암물질인 벤젠을 첨가해서 생산하기 때문에 휘발유에는 어떠한 물질을 첨가해도 벤젠의 유해성을 제거할 수 없다. 따라서 우리의 건강을 지키고 생태계를 보호하기 위해서는 휘발유의 사용을 자제하는 방법 이외에는 근본적인 방법이 없다.

7장. 알코올은 장수를 보장한다.

1975년 2월, 장드브나가 140세를 마지막으로 세상을 떠났다. 그녀는 카프카스 산맥 인근 소련의 그루지아 공화국에서 태어나고 생활했다. 그녀는 기자에게 매일 자신이 직접 만든 술을 5잔 이상씩 마셨고, 육식도 즐기며 꾸준히 걷기도 했는데 그것이 장수의 비결이라고 했다. 그리고 2002년 3월, 101세로 세상을 떠난 영국 엘리자베스 여왕의 어머니도 매일 술을 마신 것이 건강과 장수의 비결이라고 했다.[199] 건강하게 장수하는 사람들의 공통적인 특징은 약과 가공식품을 피하고 맑은 공기, 맑은 물, 천연의 알코올, 천연의 담배 등을 즐겼다는 것이다.

장수는 결코 유전자치료나 약 등 현대의학으로 결정되지 않는다. 1980년대 이후 규제완화라는 희미한 유령이 세계를 덮는 상황에서 갑자기 떠올랐던 생명공학은 그 실체가 하나씩 벗겨지고 있다. 유전자광풍은 단지 유전자특허⑭를 통해 황금탑을 쌓으려고 주류의사들이 과학을 이용해 저지른 사기였다. 각종 암 유전자, 비만유전자와 같이 장수유전자도 허구다. 질병이 유전자로 결정되는 것이 아니듯이, 장수도 오직 좋은 환경과 밝은 마인드로 결정된다.

중요한 것은 술뿐만 아니라 음식도 가공되지 않은 천연에 가까운 것을 적절하게 섭취해야 한다는 것이다. 장은 '제2의 뇌'라고 할 정도로 신경세포가 얽혀있고, 이곳에서는 기분을 좌우하는 세로토닌의 70퍼센트가 분비된다. 또한 장에는 전체 면역세포의 80퍼센트 이상이 몰려 있다. 따라서 좋은 술을 적절하게 마셔 세로토닌이 정상적으로 분비되고 면역세포가 제 기능을 다하면 인간은 정신적으로 육체적으로 건강을 유지하며 장수할 수 있다. 현대의학으로도 장은 이식할 수 없다. 장에는 신경세포와 면역세포가 가장 많은 곳이기 때문이다.[200]

따라서 장을 건강하게 유지하기 위해서는 천연의 알코올을 포함해 천연의 음식이 필요하다. 천연의 음식은 천연의 약이기 때문이다. 다만 여성이나 노인은 젊은 남성에 비해 간의 크기가 작기 때문에 알코올 분해 능력도 약하다. 따라서 여성이나 노인은 젊은 남성에 비해 식사를 적에 하는 것이 좋듯이, 술도 적게 마시는 것이 좋다. 술의 알코올이나 담배의 니코틴 등은 수만 년 동안 인류와 함께 하며 충분히 적응해 온 자연물질이다. 그런데 현대에 들

⑭ 미국 특허법에는 "자연물질에 대해서는 특허를 신청할 수 없다."고 규정되어 있지만 특허청은 "유전자에 대해서는 예외적으로 특허의 대상이 된다."고 인정하고 있으며 나아가 1980년의 연방대법원의 판결에 의해 사람의 유전자에 대해서도 유전자의 작용을 최초로 알아낸 사람에게 특허권을 인정하고 있다. 그리고 WTO 규정에 의해 미국에서 적용되는 연방법은 세계 모든 회원국에 적용된다. 반면 현재 특허가 신청된 인간유전자의 90퍼센트에 대해 주류의사, 기업 또는 대학이 특허를 보유하고 있어서 이 유전자를 사용할 때마다 특허료를 지불해야 한다. 예컨대 유방암 유전자라는 BRCA를 검사할 때마다 환자는 「미리어드 제네틱스」사에 150달러에 달하는 특허료를 지불해야 하기 때문에 검사비는 상대적으로 비싸진다. 사실 BRCA 유전자를 가지고 있는 사람은 유방암, 난소암, 전립선암, 대장암 등에 걸릴 위험이 높다는 결과를 도출해낸 연구는 모두 미리어드 제네틱스사가 관여한 조작된 연구라는 비난이 일고 있다.

어서면서 탐욕에 젖은 식품업계가 여기에 합성화학물질인 방부제, 착색제, 보존제, 향미제 등 수십 가지를 첨가하고 이를 주류의사들이 안전하다고 세뇌시키면서 인류의 건강을 무너뜨리는 상황에 이르렀다.

그리고 같은 양의 알코올을 마시는 경우에도 매일 나누어 마시는 것이 한 번에 과음하는 것보다 건강에 유리하다. 스웨덴, 덴마크, 노르웨이 등 스칸디나비아 지역은 전통적으로 청교도국가여서 대체로 술 판매를 미국과 같이 국가가 법으로 금한다. 그곳에서는 술파는 날이 정해져 있고, 주세도 높기 때문에 술파는 날에 면세지역을 찾아가 몰아서 마시는 통음 경향이 있다. 영국 글래스고대학교의 하트 교수는 35세부터 64세에 해당하는 5,766명을 상대로 21년간 추적 조사를 한 결과, 1주일간의 알코올 섭취량이 적당량에 해당하는 경우에도 심장질환으로 인한 전체 사망률은 유럽의 다른 지역에 비해 스칸디나비아 지역이 높게 나타났다. 연구자는 그 이유를 통음이라고 결론 내렸다. 핀란드의 쿠오피오대학교 카우하넨 교수가 3,235명을 대상으로 10년간 조사한 연구에서도 자주 과음하는 사람에 비해 통음하는 사람에게서 심장질환으로 인한 사망자가 높다는 사실이 밝혀졌다. 통음은 파티문화가 발달한 미국, 영국, 러시아 등에서도 사회문제가 되고 있다.[201)]

이토록 평소에는 술을 마시지 않거나 소량 마시다가 일정 시기에 한 번에 몰아서 과음하는 통음이 훨씬 위험하다. 특히 통음은 많은 경우에 자제력을 잃게 되어 음주운전⑮, 폭행 등의 사고를 불러오기 때문에 더욱 위험하다. 따라서 일주일에 5일 정도 금주하고 2일 정도 통음하는 것이, 5일 정도 마시고 2일 정도 금주하는 것보다 더욱 해로울 수 있다. 우리나라와 일본 등에서 서구사회의 파티와 같은 대학생 신입환영회에서 통음으로 인한 사망사고가 종종 발생하는 것은 참으로 가슴 아픈 일이다.

제8부. 의사들은 왜 진실을 숨기는가?

1장. 출세 욕망.

의학은 사실의 세계에 속한다. 따라서 정치나 경제, 종교 등의 관념의 세계와는 달리 관점에 의해 판단이 달라지는 것이 아니라 한 가지, 즉 '건강에 이롭냐, 해롭냐?'만 존재할 뿐이다. 그런데 이 같은 사실의 세계인 의학에서 정치나 경제, 종교 등 어느 분야 보다 의학자들의 거짓 연구는 가장 심각하다. 이는 일반 사람들이 의사들의 세계를 전문가집단으로 존중하며 거대하고 두터운 벽을 쌓아 주었기 때문이다. 그 안에서 그들은 현대의학이라는 신흥종교에 빠진 채 마음껏 탐욕을 불태우며 거짓 연구로 인류를 기만하고, 건강에 해로운 마약⑯을 건강에 유익한 치료제로 속이며 처방하고 있다. 또한 인류에게 각종 질병을 유발

---

⑮ 우리나라뿐만 아니라 대부분의 나라에서는 운전자의 혈중 알코올 농도가 0.05퍼센트(100cc의 혈액 속에 알코올이 50밀리그램 함유되어 있는 상태)임을 말한다. 이를 알코올로 환산할 때 30그램 정도의 알코올을 마시면 0.05퍼센트에 해당한다. 이 정도의 알코올은 19도짜리 순한 소주로 반병 정도, 4.5도 식당용 맥주(500mg)를 기준으로 2병 정도를 말한다. 그리고 간에서 시간당 7~10그램 정도의 알코올을 분해하기 때문에 소주 반병 또는 맥주 2병 정도를 마신 후에도 4시간 정도 경과하면 거의 분해되어 음주하지 않은 상태로 된다.

⑯ 대부분의 의약품에 함유되어 있는 합성 마약이 암페타민이다. 이는 중추신경계를 흥분시키는 대표적인 합성 마약으로 의사의 처방을 받고 복용하면 합법적인 리탈린 또는 프로작(암페타민 함유)이라는 의약품이 되고, 의사의 처방 없이 복용하면 불법적인 필로폰(히로뽕)이 된다, 암페타민은 안정제, 마취제, 최면제, 흥분제, 수면제 등으로 사용된다. 암페타민은 우울증, 피로회복, 주의력결핍증 치료에도 사용되며 또한 만성 알코올 중독 환자들이 술을 마시지 않으려는 마음을 더욱 촉진시키는 데도 사용한다. 식전에 복용하면 식욕을 떨어뜨리는 효과가 있으므로 살 빼는 약으로도 사용된다, 전투에 참가하는 군인에게도 널리 사용된다. 그러나 부작용이 심해 오심, 구토, 설사, 불면증, 시각장애, 정신착란과 심장마비 등을 일으켜 사망을 불러오기도 한다. 로큰롤의 황제 엘비스에게 그의 주치의 니코풀로스는 1975년부터 그가 죽은 1977년 8월 16일까지 암페타민 등 마

시킬 수 있는 식품첨가제를 아무런 해를 유발하지 않는다고 거짓 연구를 발표하고 있다.

물론 의사도 하나의 직업이고, 의사들도 출세하고 싶어 하는 욕망은 당연하지만 인류의 생명을 담보로 출세의 길을 걸어서는 안 된다. 주류의사들이 출세하는 길은 두 가지다. 하나는 마약을 많이 처방해 수입을 늘리는 것이고, 다른 하나는 논문을 많이 발표해 명성을 얻게 되면 자동으로 따라오는 기업체의 기부금을 받는 것이다. 의대교수라는 엘리트 지위와 정년 보장도 대부분 논문의 질이 아니라 양에 의해 결정되기 때문에 거짓 논문은 양산되기 마련이다. 이런 이유로 오늘날의 연구소는 논문을 대량 생산하는 공장으로 바뀌었다. 대량 생산에는 불량품이 많이 발생하게 마련이듯이 오늘의 과학, 특히 의학과 관련된 논문은 대다수가 불량 논문, 즉 조작된 논문이다. 의학 분야에 불량품이 많은 까닭은, “술, 담배가 암의 원인이다.”라고 하는 도그마와 같이 거대 제약회사와 화학회사가 필요로 하는 이데올로기를 주류의사들이 만들어주고 그 댓가로 받는 더러운 돈의 액수가 너무도 크기 때문이다.

문제는 약품과 식품에서와 같이 주류의사들이 다루는 연구의 내용이 인류의 건강을 결정한다는 사실이다. 그리고 주류의사들이 저지르는 거짓 연구의 대부분이 실수 또는 착오에 의한 것이 아니라 처음부터 결론을 내려놓고 자료를 조작하며 이에 맞는 증거들을 수집하는 형태로 이뤄진다는 것이다. 때문에 이미 내려놓은 결론에 맞추기 위해 연구 방법을 변경하고, 나타난 증거 중에서 결론에 배치되는 자료는 폐기하고, 결론과 유사한 자료는 과장하는 식의 기만이 너무도 흔하게 이뤄지고 있다. 특히 현대의학에 이러한 거짓이 많은 까닭은 특허권은 처음 발견한 한 명 또는 한 팀에게 주어지고 특허권을 획득한 의사는 특허료 이외에도 제약회사가 지원하는 기부금⑰을 독식하는 등 하루아침에 거대한 황금탑을 쌓을 수 있기

약을 18,000회나 처방해 3개월간 의사면허가 정지되기도 했다. 엑스터시도 의사가 처방하면 비만치료제이지만 처방 없이 복용하면 불법 마약이고, 헤로인도 의사가 처방하면 기침약이지만 처방이 없으면 불법 마약이다.

그리고 또한 흔하게 사용되는 합성 마약으로 ‘프로포폴(일명 우유주사)’이 있는데 이 마약 역시 의사가 처방하면 합법적인 마취제이지만 의사 처방 없이 복용하면 불법적인 마약이 된다. 중독성이 강한 약으로 마이클 잭슨이 상용하다가 사망하면서 일반에게 알려진 약이다. 프로포폴은 의사, 연예인, 운동선수들이 많이 사용하는 마약으로 알려져 있다. 반면 이 약은 부작용이 일어났을 때 마취효과를 억제하는 길항제(해독제)가 없어 극히 위험한 약이다. 보통 한 병 값이 1만 원 정도인데 주류의사들이 시중에 불법 마약으로 40만 원 정도 씩 유통시키다가 적발되기도 했다.

그리고 중요한 합성 마약으로 연고, 관절염 치료제 등으로 사용되는 스테로이드도 강력한 마약으로 근육강화제, 지구력 유지제, 흥분제, 진통제 등으로 자주 사용된다. 무좀치료제인 연고에도 다량 들어 있다. 이 마약은 존 F. 케네디 대통령의 건강을 뿌리째 뽑아버린 마약으로 유명하다. 케네디의 부검을 맡았던 의사들의 공동된 의견은 스테로이드 마약의 상습적인 처방으로 케네디의 척수와 관절 등이 이미 회복 불가능한 상태로 썩어 그가 암살되지 않았다 해도 결코 임기를 채우지 못했을 것으로 판단했다. 결국 케네디의 주치의인 제이콥슨은 마약을 과도하게 처방한 염의로 의사 자격을 박탈당한다.

사실 합성 마약은 천연 마약의 분자 구조에서 한두 개의 위치를 바꾸거나, 빼거나, 첨가하는 방법으로 손쉽게 만들 수 있다. 이렇게 새로 만들어지는 마약은 천연 마약보다 수백 배에서 수천 배에 달할 정도로 환각성이 높아 생명에 치명적일 수 있지만 새로운 마약이 계속 개발되기 때문에 기존의 법률이나 약품으로는 거의 탐지해내지 못한다. 반면 담배, 마리화나, 대마초, 카페인, 아편 등 자연에서 얻는 천연의 마약은 아세틸콜린, 엔돌핀 등의 분비를 자극해 면역력을 회복시켜주는 작용을 하고 곧 바로 체외로 배출되기 때문에 인체에는 부작용을 일으키지 않는다.

⑰ 제약 산업은 금융, 제조업, IT 등 어느 분야와 비교해도 상대가 되지 않을 정도로 수익성이 높은 산업이다. 2002년 포춘지가 선정한 세계 500대 기업 중 상위 10개사는 모두 제약회사다. 놀랍게도 이 10개 회사의 순이익은 나머지 490개사의 그것을 모두 합한 것보다 크다. 1980년대 이후 지금도 상위 10대 기업은 대부분 제약회사다. 그들은 이런 엄청난 수익을 바탕으로 주류의사와 주류언론을 거액으로 매수해 거짓 연구를 통해 대중을 현혹하는 마케팅을 펼치며 심지어 행정부와 국회를 좌지우지하고 있다. 이 같은 거대 제약회사가 주류의사들에게 연구비 명목으로 지원하는 거액의 비용(보통 5,000만~1억 달러 규모)은 회사 입장에서는 연구지원금으로 전액 환급되기 때문에 연구지원금의 실체는 ‘제약회사가 국세로 주류의사들에게 지불하는 뇌물’이다.

이 같은 제도를 이용하는 탈법행위가 미국을 중심으로 안개 같이 번지는 ‘재단설립’이다. 재산을 자녀에게 상속하지 않고 재단을 설립하면 증여세, 자본이득세 등 일체의 세금으로부터 면제 받고, 이 재단을 자녀가 관

때문이다. 미국식 문화인 '승자독식'이 지금 우리나라에도 팽배해지고 있다. 승자독식이라는 문화는 경쟁으로 이어지면서 거짓과 개인주의가 판을 치게 되고 결국 인류는 이에 질식하게 될 것이다.

2장. 잘못된 과학, 환원주의!

1. 전체는 부분의 합보다 크다.

환원주의⑱를 기초로 한 분자생물학을 태동시킨 록펠러대학교의 연구진들은 "모든 살아있는 생명체는 유전자복제를 통해 자신의 유전자를 후대에 전달하는 것을 유일한 목적으로 삼는 기계"라는 다윈의 결론을 신앙으로 받아들였다. 그들은 자연의 모든 유기체는 그것을 구성하고 있는 기본 요소인 분자로 환원할 수 있고, 이 분자의 재배치를 통해 불완전한, 진화의 과정을 밟고 있는 생명체를 완전한 유기체로 만들 수 있다고 확신한다. 그들은 생명체를 각 구성 요소로 쪼개어 그것들을 하나씩 하나씩 조사하면서 미묘한 상호작용이나 전체적 관계는 무시한다. 그들은 전체가 부분의 합보다 크거나 그와 다를 수 있다는 사실을 무시한다.

그러나 우리가 매일 마시는 공기도 산소, 수소, 질소, 이산화탄소 등이 자연의 조화를 이루고 있는 상태로는 생명에 반드시 필요한 물질이지만 그것을 특정 성분으로 분리해서 산소만을 떼어내면 독이 된다는 사실을 무시한다. 산소는 치명적인 발암물질이고 질소는 대기오염의 중요한 인자로 치명적인 독소다. 나트륨, 불소도 마찬가지다. 주류학자들이 실험실에서 생산해내는 나트륨이 가장 깨끗한 소금이라고 하지만 자연에 존재하지 않는 물질이어서 인체에는 치명적인 독으로 작용하며 주로 가공식품에서 방부제로 사용한다. 인체에서 단백질을 분해하는 과정에서 생성되는 방귀의 경우에도 천연의 방귀 속에 들어 있는 암모니아는 다른 성분들과 상호작용을 일으켜 건강에 아무런 해를 미치지 않지만 합성으로 만들어내는 암모니아는 상호작용을 일으키지 못하기 때문에 치명적인 독가스로 작용한다.

인류가 16억년 동안 접해온 것은 여러 가지 불순물을 통해 비타민, 구리, 황, 요오드 등 각종 영양소와 미네랄이 풍부하게 들어있는 천연소금이지 실험실에서 합성해낸 나트륨이 아니다. 천연의 나트륨은 극히 적은 양이 필요한 미네랄이지만 필요량을 조금만 넘으면 독이 된다. 게다가 천연의 나트륨이 아니라 합성해낸 나트륨이라면 그 부작용은 더욱 크다. 또 식물은 광합성과정에서 생성되는, 반응성이 큰 산소로부터 스스로를 보호하기 위해 폴리페놀, 비타민, 코엔자임Q10 같은 산화방지제라는 분자를 만들어 낸다. 산화방지제는 우리 몸 안에서 DNA를 파괴하고 암을 일으키는 활성산소를 흡수하고 중화시킨다. 그러나 산화방지제인 폴리페놀 등도 전체에서 떼어내 그것만을 별도로 섭취하거나 합성으로 만든 것을 섭취하면 오히려 심장질환, 신부전증, 각종 암의 원인이 된다.

리하면 한 푼의 세금도 내지 않고 그대로 전액을 자녀에게 상속할 수 있다. 다만 이후에 발생하는 수익 중 일정부분(5퍼센트)을 사회에 무상으로 기부하면 된다. 이때의 기부금 대부분은 주로 재단 소속의 연구자에게 연구비로 지원되거나 친 재단 인사를 양성하는데 사용된다. 그리고 이렇게 개발된 특허나 실용신안권은 다시 재단으로 귀속된다. 그리고 재단 지출의 가장 큰 부분은 임원(가족) 활동비로 통상 50퍼센트를 넘는다. 록펠러재단, 빌 게이츠재단, 포드재단, 청계재단, 삼성재단, 육영재단, 유한재단 등이 대부분 이 같은 실상을 띠고 있다. 필자의 저서인 '그들은 어떻게 권력이 되었는가'에서 재단의 실체에 대해 자세하게 다룬다.

⑱ 복잡한 체계도 그것을 이루는 가장 단순한 부분에 의해 설명이 가능하다고 하는 입장. 유기체는 그 유기체를 이루는 유전자들에 의해, 사회는 그 사회를 이루는 구성원들에 의해 완전하게 설명할 수 있다고 한다. 나무를 보고 숲을 판단하려는 입장이다. 록펠러대학교에서 발전시킨 분자생물학은 환원주의에 바탕을 두고 있는 학문이며 그 연구 대상이 유전자이다. 따라서 유전자조작은 분자생물학의 연구 결과다. 반면 자연과학, 인문과학, 사회과학을 통합하여 이를 전체로 이해하려는 입장이 '통섭'이다.

제리 파이어만이 폴리페놀의 효능을 밝혀내 2007년 발표한 연구에 의하면, 심장질환, 각종 암, 당뇨병, 뇌졸중 등을 예방해주어 젊음을 유지시켜 주는 항산화제는 차, 양파, 사과, 벌꿀 등 자연의 음식에 포함되어 있는 각종 비타민, 폴리페놀 등 다양한 물질이 상호작용을 일으킨 결과라고 한다. 그는 폴리페놀은 여러 가지 성분들이 합쳐 조화를 이룬 상태의 복합물이라고 한다.[202] 마찬가지로 비타민도 하나의 성분이 아니라 여러 가지 성분이 상호작용을 일으킬 때 효능을 나타내는 복합물이다. 합성화학물질로 실험실에서 행해진 결과가 활성산소를 중화한다고 해서, 그 합성화학물질이 우리 몸에서도 동일한 작용을 할 거라는 가설 아래 행해진 임상실험은 모두 실패했다. 자연물질도 아니고, 상호작용도 깨진 상태기 때문이다. 다만 제약회사, 화학회사, 식품회사가 주류의사에게 의뢰한 실험만은 예외로 하고...

이러한 예는 무수히 많다. 동물에게서 자연적으로 생성되는 인슐린유사성장인자(IGF-1)는 세포분열을 촉진시켜 성장을 돕는 작용을 한다. 그러나 몬산토에서 유전자를 조작한 박테리아를 이용해 대량 생산하는 성장호르몬 '포실락'을 젖소에 투여하여 이 인자가 우유에 추가되면 치명적인 각종 암과 심장질환, 뇌졸중의 원인이 된다. 인공으로 생산하는 성장호르몬은 자연에 존재하지 않는 인자로 자연의 조화를 깨뜨렸기 때문이다. 생명체는 미묘해서 수많은 요소 중 하나라도 엇박자가 생기면 커다란 문제를 일으킬 수 있다.

2. 나무만 보고, 숲은 보지 못한다.

합성화학물질이 섞이지 않은 음식은 최고의 약이다. 음식에는 아직 과학이 확인하지 못한 수천, 수만 가지의 성분이 들어 있고, 그 다양한 성분들이 체내의 박테리아와 기생충들과 상호작용을 일으키기 때문이다. 예컨대 마늘은 고대로부터 선조들의 지혜로 찾아낸 약효능이 있는 대표적인 음식이다. 마늘에는 셀레늄, 황화합물, 칼륨, 인, 아미노산, 비타민B와 C, 구리 아연 등 200가지 미네랄과 활성성분들이 함유되어 있다. 특히 마늘에는 '알리신'이란 성분이 들어있어 유방암 등 각종 암을 막아주는 기능을 하고, 염증을 치료하며, 혈관을 넓혀 고혈압을 누그러뜨린다.

그러나 이것도 음식으로 섭취하지 않고 마늘에서 알리신, 셀레늄, 칼륨 등의 성분만을 따로 추출해내면 이것은 인체 내에서 독으로 작용한다. 상호작용이 이뤄지지 않기 때문이다. 그리고 마늘은 양념으로 소량 섭취해야 하는 음식이어서 건강에 좋다는 말만 믿고 다량 섭취하면 눈곱이 끼는 증상에서부터 뇌졸중까지 각종 부작용을 일으킬 수 있다. 특히 합성으로 만들어낸 알리신은 이름만 같을 뿐 전혀 다른 물질이으로 치명적인 부작용을 일으킬 수 있다. 이것이 현대의학이라는 신흥종교가 저지르는 오류다. 환원주의에 의해 분자로 떼어 약으로 만들고, 그 약에서 부작용이 발생하면 또 다른 성분으로 그 부작용을 완화시키는 약을 만들고, 또 다른 부작용이 나오면 그 부작용을 완화시키는 약을 또 만들고...

환원주의의 밑바탕에는 모든 자연의 현상이 분자로 분해했을 때 예측가능한 규칙 아래에서 움직이기 때문에 인간은 자연을 정확하게 측정할 수 있다는 데카르트식의 관념이 자리잡고 있다. 데카르트는 정신이 신체와 분리되어 있다고 믿으며 과학으로 이어지는 정신의 우수함을 신앙으로 받아들였다. 그러나 물리학에서 이와 같은 관점은 아인슈타인의 상대성이론이 등장하면서 오래 전에 이미 폐기되었고, 최근에 등장한 양자이론은 이러한 관점의 폐기를 더욱 확고히 하고 있다. 우주를 구성하는 모든 물질은 기계적으로 움직이거나 조직되어 있지 않다는 것이다. 게다가 현대에는 아인슈타인의 상대성이론마저 흔들리고 있다.

오늘날 세계가 경제면에서 자유주의라는 이름의 파시즘에 장악되어, 탐욕이 복지를 몰아내며 인류를 고통으로 몰아가고 있는 가장 중요한 원인은 경제학의 기본 전제가 잘못됐기

때문이다. 주류경제학은 인간을 이성적이고 합리적으로 행동하는 개체임을 전제로 한다. 즉 시장은 공급에 따라 보이지 않는 손에 의해 가격이 결정되며, 인간은 시장에서 결정된 합리적인 가격을 고려해 자신의 수요를 이성적으로 결정한다는 것이다. 그러나 인간은 본질적으로 탐욕을 채우려는 성향이 있고, 이성보다 강한 탐욕에 의해 시장은 결코 합리적으로 작동하지 않는다. 때문에 가격은 시장에서 '공급과 수요의 법칙'이라는 보이지 않는 이성의 손에 의해 결정되는 것이 아니라 담합, 매점매석, 투기, 충동구매, 과시욕 등 '황금만능주의'라는 비합리적인 요인에 의해 결정된다. 사실 자유주의는 경제적 강자가 정치, 사회, 문화, 의료 등 모든 부문에서 칼을 휘두를 수 있는 파시즘을 미화시킨 이름일 뿐이다. 현대경제학의 전제가 '이성적 인간'이라는 잘못된 전제에 두고 있기 때문에 매년 10억 명이 영양실조로 여위어서 죽어 가듯이, 현대의학의 전제가 환원주의라는 잘못된 과학에 기초를 두고 있기 때문에 매년 10억 명이 부어서(비만으로) 죽어가고 있다.⑲

이제 거대한 우주를 설명하는 상대성이론과 극미의 원자세계를 설명하는 양자이론은 독립한 경우보다 통합된 경우가 자연을 이해하는데 더욱 효과적이라는 입장이 인정되면서 통합되어 가는 과정에 있다. 이것이 통섭이다. 그러나 아직도 환원주의에 젖은 주류의사들은 협소한 범위 내에서 한두 가지 소재만을 깊이 있게 다루기 때문에 통섭을 철저히 거부한다. 때문에 전문가라는 거대한 집단사고를 형성한 그들은 나무만 보고 숲을 보지 못하는 잘못을 범하기 마련이다. 자연과 생명은 기계와 달리 전체로 받아들이지 않으면 제대로 이해할 수 없는 세계다.

3장. 나누고, 분석하고...

현대의학은 모든 음식을 분자로 환원한다. 포화지방, 콜레스테롤, 탄수화물, 폴리페놀, 알리신, 커큐민, 아미노산, 플라보놀, 카로티노이드, 섬유질, 프로바이오틱, 파이토케미칼, 비타민C, 아연, 칼륨, 칼슘, 솔라닌, 캡사이신, 옥살산... 등. 환원주의 의학은 분석과 분류를 기본으로 삼기 때문에 미네랄을 60가지로, 비타민을 16가지로, 필수 아미노산을 20가지로, 필수 지방산을 3가지로 분류하고 각각의 물질에 대해서만 집중 연구한다. 그러나 중요한 사실은 이런 모든 요소들이 개별적으로 작용하는 것이 아니라 상호작용을 이뤄져야만 생명체에 유익한 작용을 한다는 것이다. 오히려 개별적으로 섭취하게 되면 상호작용이 깨져 독으로 작용한다.

자연을 분리하면 원래의 기능이 사라진다는 예를 미국의 인류학자인 마크 J. 플로트킨의 사례에서도 볼 수 있다. 1990년대 플로트킨과 그의 동료들은 아마존 강에서 원시생활을 하는 인디안 부족들과 함께 생활하며 원시림을 보호하기 위한 활동을 하고 있었다. 그 당시 35세의 한 여인이 사경을 헤매고 있어 각종 현대의학의 검진으로 조사를 환 결과 심각한 당뇨병 환자임을 알아냈다. 그는 각종 당뇨병 치료제를 투여했지만 아무런 변화가 없었다. 그런데 현대의학으로 치료 불가능하다는 결론을 내리고 죽음을 기다리는 상황에서 이웃 부족의 자연치료사(무당)가 찾아와 전통 약초를 짓이겨 즙을 먹였다. 그리고 몇 시간이 지난 후에 혈액 검사를 한 결과 혈당수치가 크게 내려가 있음을 확인했다. 환자는 하루에 한번씩 4일을 복용한 결과 당뇨병에서 완전히 해방되었다.

플로트킨은 미국으로 돌아올 때 그 약초를 가져와 성분분석과 효능을 의뢰했다. 그러나 돌아온 내용은 수 십 가지의 성분을 추출해 작용을 검사했지만 혈당을 내려주는 작용을 하

⑲ 10억 명은 기아로 죽어가고, 10억 명은 비만으로 죽어간다. 그러나 비만은 영양상태가 좋아 살이 찐 것이 아니라 약과 가공식품을 통해 면역체계가 무너져 대사 작용에 이상이 생긴 현상이다. 따라서 비만자의 특징은 영양이 부족해 살이 부은 상태다. 비만공화국 참조.

는 성분은 전혀 없으며 따라서 치료제로는 부적합하다는 것이었다. 분명 플로트킨은 35세여인 이외에도 여러 명의 중증 당뇨병환자를 천연의 약초로 치료하는 것을 목격했다. 이 후 많은 연구를 계속한 끝에 그는 특정 성분을 분리해 추출해 내는 환원주의에서 벗어나 전체적으로 자연과 조화를 이루어야만 질병을 치료할 수 있다는 사실을 깨닫고 2000년에 발간한 '의약탐구(Medicine Quest)'에서 "자연에서 생명을 찾으려는 원시부족의 자연치료사 한 명을 잃는 것은 미국의 대형 도서관 하나를 잃는 것과 같은 인류의 손실이다."고 강조했다. 그는 현재 미국에서 자연치료사로 활동하고 있다.[203] 자연치료 또는 전통의학은 성분을 분리하지도 않고, 석유의 폐기물에서 비슷한 물질을 합성해 내지도 않으며 오로지 자연에 일치하는 방법으로 전체를 취급한다. 이 때문에 전통의학으로는 상호작용을 이용한 면역력 증강으로 암이나 당뇨병, 고혈압, 관절염 등을 쉽게 치료하지만 부분으로 분석하려는 현대의학으로는 감기마저도 손을 대지 못한다. 사실 감기약은 단순한 진통제일 뿐이다.

'웰컴 투 정글'의 저자이자 생태학자인 마거릿 D. 로우먼도 태평양의 열대림 사모아에서 직접 체험한 글을 우리에게 전한다. "자연치료사인 펠레는 80이 넘는 노인인데 식물과 그 의학적 사용에 대해서는 말 그대로 걸어다니는 백과사전이다. 그녀는 만성 무좀으로 고생하던 동료 바트에게 약초 즙을 발라주었다. 그것으로 바트는 수년간 미국의 초첨단 의학으로도 치료하지 못했던 무좀에서 깨끗하게 벗어났다."고 한다. 이뿐만 아니라 자연에서 채취하는 약초로는 류머티스 관절염, 궤양, 결핵에서부터 골수암에 이르기까지 모든 질병을 치료할 수 있다고 한다.[204] 아무런 부작용이나 재발없이... 이것이 자연이고 상호작용이다.

자연이라는 어머니는 도처에 생명을 구할 수 있는 약을 나누어 주었다. 자연에서 인간과 함께 공존하는 식물, 곤충, 미생물, 동물 등에는 천연의 각종 약들이 그득하다. 그러나 자연의 특정 성분을 추출해내는 현대의학은 자연의 조화를 깨뜨리는 것이어서 치료의 효능이 사라질 수밖에 없다. 특히 합성화학물질은 면역체계를 무너뜨리기 때문에 오히려 건강을 더욱 악화시킨다. 자연이 준 약을 거부하고 인공으로 합성해 내면 상호작용이 이뤄지지 않기 때문이다. 음식, 약초 등은 전체가 하나로 조화를 이룰 때 상호작용을 통해 놀라운 치료효과를 보여주는 것이지 개별적으로 분리되면 아무런 작용을 하지 않거나 때로는 오히려 독으로 작용할 수도 있다. 인체 내에 있는 모든 박테리아도 개별적으로 분리해서 독성실험을 하면 모두 간, 신장, 신경세포 등을 파괴하는 독성을 분비하지만, 다른 수많은 박테리아와 영양소들이 상호작용을 하기 때문에 거의 모든 박테리아나 바이러스는 독소를 분비하지 않고 오히려 면역력을 키워주는 인류의 좋은 이웃이 되는 것이다. 즉, 자연은 전체가 하나로 채워져 움직일 때 효능을 발휘하는 것이지 분리된 것이나 진공은 자연이 아니다.

4장. 나누면 깨진다.

1. 청산가리도 음식으로 섭취하면 안전하다.

자연은 인간에게 면역체계를 주어 몸의 기능이 정상적으로 작동할 수 있도록 돕는다. 예컨대 식물은 주변의 적으로부터 도망갈 수 없기 때문에 스스로 자연에서 터득한 여러 가지 방법으로 자신을 보호한다. 식물은 동물과 달리 다른 식물과 어울리며 서로간의 상호조화를 통해 박테리아를 물리치고, 바이러스를 이겨낸다. 식물이 아스코르브산, 알리신, 플라보노이드, 코엔자임Q10, 셀레늄, 토코페롤 등 항산화제를 풍부하게 만들어내는 것도 태양에너지를 영양으로 전환시키는 광합성작용 과정에서 만들어지는 활성산소를 해독하기 위한 원리다. 그리고 특정 식물이 생성하지 못하는 성분은 옆의 다른 식물이 생성해내 서로 보완해준다.

이 때문에 경작할 때 합성으로 만드는 강독성 살충제를 사용하지 않아도 구역을 분리해 여러 가지 작물을 동시에 재배하는 순환적 윤작을 하면 해충을 막아낼 수 있다.

이것이 자연의 조화다. 주류의사들이 합성물질뿐만 아니라 천연물질에도 독성물질이 있다며 양이 중요하다고 강조한다. 그러나 감자의 솔라닌, 버섯의 히드라진이나 팔로이딘, 시금치의 옥살산, 당근의 미리스티신, 고추의 캡사이신 등의 독성물질이 식물자체에 해를 미치지 않는 까닭은 다른 물질과의 상호작용에 의한 것이고, 또한 인체에 아무런 해를 미치지 않는 까닭은 조리 과정에서 분해되거나 면역체계에 의해 제어되기 때문이다. 이것이 진화과정을 통한 적응이고, 선조들의 지혜이며, 면역체계의 신비로움이다. 마늘이나 고추, 생강 등을 양념으로 분류해 소량을 음식을 통해 꾸준히 섭취하도록 하거나 효모를 이용해 콩의 독성을 제거하고 된장이나 간장 등을 만드는 조리법을 개발해 낸 선조들의 임상실험은 얼마나 놀라운 과학인가? 특히 고추의 캡사이신만을 추출해 내면 강독성의 유해물질이지만 양념인 고춧가루로 섭취하게 되면 함께 들어 있는 황, 인, 비타민 등과 상호작용을 일으켜 식욕을 북돋아 주고 췌장암 등 각종 암을 예방해주고, 뇌출혈이나 뇌일혈 등으로 손상된 뇌신경을 회복시켜준다.

또한 시아나이드라고 하는 청산가리는 생명체가 호흡하는데 꼭 필요한 시토크롬 효소를 마비시켜 생명을 앗아가기도 하는 독이다. 환원주의에 의하면 이러한 시아나이드는 대부분의 야채나 과일 속에서도 흔하게 발견되기도 하기 때문에 천연의 야채에도 치명적인 독을 함유하고 있어, 오히려 채식보다는 과학의 검증을 거친 합성화학물질이 더 안전할 수 있다고 한다. 그러나 중요한 사실은 채소에 들어있는 시아나이드는 다른 천연의 물질, 박테리아 등과 상호작용을 하기 때문에 생명체에 아무런 독성을 일으키지 않고 오히려 질병을 막아주는 항산화제 작용을 한다는 것이다. 다시 말해 채소에서 시아나이드만을 별도로 추출해 내거나 합성화학물질로 시아나이드라는 물질을 만들어내면 치명적인 독으로 작용하지만 음식인 야채나 과일을 통해 섭취할 때는 아무런 독성이 나타나지 않는다는 말이다. 예컨대 사과에는 살리실산, 시아나이드 등의 독극물뿐만 아니라 폴리페놀, 각종 비타민 등 지금까지 밝혀진 물질만도 300여 가지가 들어있다. 이 다양한 물질들이 상호작용을 일으켜 인체에 해를 끼치지 않고 오히려 건강을 지켜주는 작용을 한다. 이때 폴리페놀이 항산화작용을 한다고 해서 그 물질만을 별도로 추출해내면 상호작용이 깨지기 때문에 오히려 독이 된다.

그러나 중요한 사실은 이렇게 조리 과정과 면역체계에 의해 제어되는 것은 천연물질에 한정된 것이지 합성화학물질은 조리 과정을 통해서도, 면역체계에 의해서도 제어되지 않는다. 천연의 독성물질은 소량을 섭취하는 경우에는 대부분 아무런 해를 미치지 않고 24시간 이내에 몸 밖으로 배출되지만, 합성물질은 아무리 소량을 섭취하는 경우에도 지방층에 축적되어 면역체계를 서서히 무너뜨리다가 일정량을 초과하면 치명적인 각종 암, 신부전증, 심장질환, 뇌졸중 등을 불러오게 된다. 이런 이유로 약을 오래 복용하면 간부전증, 신장질환, 심장질환, 고혈압, 당뇨병, 뇌졸중 등을 일으키게 된다. 약은 100퍼센트 합성화학물질이기 때문이다.

그러나 약을 피한다고 해도 합성화학물질을 온전히 피할 수는 없다. 규제완화라는 유령에 휩싸인 산업계는 일그러진 자본주의 논리에 눈이 뻴게져 합리적 사고를 할 능력을 잃어버렸다. 그들은 옷에는 포르말린을, 가구나 그릇에는 프탈레이트를, 페인트나 화장품에는 벤젠을, 침대나 의류에는 브롬화합물을, 세제와 치약에는 트리클로산을, 모든 플라스틱 병과 캔에는 비스페놀A를, 프라이팬 등 주방기구에는 과불화합물⑳을, 잔디밭에 뿌리는 제초제나

⑳ 프라이팬, 팝콘 봉지, 스티커, 페인트 등의 내부 면에 음식이 달라붙지 못하도록 하는 미끈미끈한 코팅제.

살충제에는 글리포세이트를, 그리고 각종 가공식품에는 수십 가지의 합성첨가제를 넣는다. 심지어 수은이나 납도 첨가한다. 게다가 자동차의 휘발유에도 수십 가지의 합성첨가물을 넣기 때문에 이를 일초의 쉼도 없이 들이마시는 우리의 몸은 건잡을 수 없이 건강이 무너질 수밖에 없다.

2. 과학은 1,000분의 1도 모른다.

그러나 주류의사들은 예컨대 농부들이 농약에 중독되는 경우는 한꺼번에 다량의 농약을 흡입하기 때문이지 조심스럽게 다루면 아무런 해가 없다고 한다. 마찬가지로 지금까지 야채나 과일에 남은 농약잔류물 때문에 구체적인 피해를 입은 사례가 보고된 적은 없다며 합성화학물질의 안전성을 강조한다. 그러나 이것은 무지를 감추고, 탐욕을 불태우기 위한 거짓이다. 암을 포함해 대부분의 만성질병은 합성화학물질에 오랜 시간 노출되면서 서서히 발병하기 때문에 발병 원인이 합성화학물질이라는 사실을 과학적으로 증명하기란 쉽지 않다. 그러나 많은 연구는 지방층에 축적된 합성화학물질이 암뿐만 아니라 심장병, 당뇨병, 신부전증, 뇌졸중 등 모든 만성질병의 주요 원인이라는 사실을 계속해서 입증해왔다.

독일의 화학자 유스투스 폰 리비히는 “음식에서 단백질, 지장, 탄수화물을 찾아내고는 인간에게 필요한 영양소의 비밀을 찾아냈다.”고 경탄해했다. 그러나 이 세 가지로 만든 가공식품을 먹은 어린이나 선원들은 대부분 질병에 시달렸다. 이후 폴란드의 화학자 카시미르 풍크가 비타민을 찾아냈고, 가공식품에 추가했다. 그러나 비타민과 관련된 각기병이나 야맹증 등은 치료됐지만 인류는 아직도 수많은 질병에서 헤매고 있다. 다시 시간이 흐른 후에, 소화가 되지 않는다는 이유로 현대과학이 식품의 가공과정에서 제거했던 섬유소를 합성으로 만들어 다시 가공식품에 추가했고, 폴리페놀이란 성분도 찾아 합성으로 만들어 가공식품에 추가했다. 오메가-3 지방산도 식품을 쉽게 부패시킨다는 이유로 가공식품에서 제거했다가 필수지방산이란 사실이 확인되면서 역시 합성으로 만들어 가공식품에 다시 추가했다.

그러나 아직도 현대인은 부족한 영양분으로 인해 수많은 질병에서 벗어나지 못하고 있다. 가공과정에서 천연의 성분들이 쉽게 부패한다는 이유로 대부분 제거하기 때문이다. 그러나 과학이 자연의 전체를 파악해 분석한다는 것은 불가능하다. 현대에 와서 과학자들은 야채나 과일의 색을 만드는 성분인 플라보노이드 종류만 해도 안토시아닌, 안토크산틴 등 6,500가지를 찾아냈다. 그리고 각 성분이 어떤 작용을 한다고 하며 이런 물질로 약과 가공식품을 만들어 판매한다. 물론 자연의 물질이 아니라 석유의 폐기물에서 추출해낸 성분의 분자구조를 변경한 것으로... 그러나 지금까지 과학이 찾아내 가공식품에 첨가하는 성분들은 자연의 음식에 존재하는 전체 영양소 중 1,000분의 1에도 미치지 못할 것이다. 오히려 과학이 찾아냈다는 수천 가지의 성분들(어려운 전문용어로 표현되는)이 정말 ‘서로 다른 성분인지 아니면 탐욕을 불태우기 위한 거짓 분류인지’ 하는 의심마저 든다.

사실 현대농법으로 생산한 야채, 과일도 완전한 음식은 아니다. 폰 리비히가 동물에게 필요한 영양분을 단백질, 지방, 탄수화물로 규정했듯이, 식물에게 필요한 영양분을 질소, 인산, 칼륨으로 규정해 대부분의 식물을 석유에서 추출해내는 이 세 가지 영양소로만 재배하고 있다. 때문에 토양의 산성화로 다양한 미네랄이 부족해졌다. 게다가 살충제와 제초제는 토양의 산성화를 가속시키고 있다. 인체가 합성화학물질인 의약품으로 인해 산성화되어 각종 질병에서 고통 받는 것과 마찬가지로, 식물도 합성화학물질인 비료와 살충제, 제초제로

듀퐁이 ‘테플론’이라는 상품명으로 독점 생산한다. 이물질은 신경계와 내분비계에 이상을 일으켜 기형아 출산과 각종 암, 심장질환 등의 원인이 되는 독성물질로 밝혀졌다.

인해 토양이 산성이 되어 각종 질병과 영양부족으로 고통을 받고 있다. 인류가 벼랑 끝으로 몰린 까닭이 이렇게 자연의 모든 물질이 합성화학물질로 덮이고 이를 인간이 계속해서 섭취하고 있기 때문이다.

5장. 제2의 핵무기, 유전자조작!

> 어느 항구도시에 신전이 하나 있는데 그곳에는 신에게 감사하는 내용이 적혀있는 돌판들이 입구를 가득 장식하고 있었다. 이 돌 판들은 수백 년을 이어 오면서 고기를 잡다가 배가 난파되거나 폭풍우를 만났다가 살아 돌아온 사람들이 신에게 감사하는 마음으로 새겨 넣은 것들이었다.
>
> 그곳을 지나던 한 나그네가 그 글귀들을 읽고 있었다. 그 때 사제가 나그네에게 말을 한다. “이 글귀들을 보면 신이 실제 존재한다는 것을 알 수 있지요.” 이에 나그네는 말한다. “돌아오지 못한 사람들의 글은 어디에 있나요?”

1. 생명은 복잡하다.

주류의사들은 분류하고 분류해 극도로 세분화된 자신의 전문분야에만 집중한다. 그들의 교육과정은 잘못된 의학인 환원주의에 얽매여 있기 때문에 드넓은 세계의 윤곽을 볼 수 있게 해주는 것이 아니라 최첨단 분야에서 가능한 한 빨리 자신만의 발견을 하는데 필요한 훈련을 받는다. 왜냐하면 기초부문이나 통합된 부문의 연구는 비용도 많이 들고 성공이 보장되는 것도 아니기 때문이다. 수백만 달러의 실험실에 소속된 과학자들은 큰 그림에 대해 생각할 여유가 없으며 그것에 이득이 있다고 생각하지도 않는다. 과학에서의 황금탑과 명예는 발견과 개발에 주어지는 것이지 지혜와 양심에 주어지는 것이 아니기 때문이다. 따라서 그들은 늘 강박관념에 사로잡혀 있다. 주류의사들이 꿈꾸는 특허는 가장 먼저 발견한 한 사람에게만 주어진다. 스포츠와 정치세계에 퍼져있는 승자독식이 의학계에도 그대로 적용된다. UCLA 암센터 연구원인 제프리 H. 밀러는 이렇게 말한다. “의학자는 자신이 어떤 이론을 지지할 경우, 어떤 경우에도 그 이론이 틀렸다는 주장을 받아들여서는 안 됩니다. 그러면 지원금이 중단되거든요.”[205] 이것이 주류 의학계의 모습이다. 결코 부정적인 현상에 대한 연구가 허용되지 않고, 연구의 허점을 인정할 수 없는 세계! 이 때문에 너무도 쉽게 연구가 조작되는 지하세계가 의사들의 세계다.

특히 생명공학은 피 말릴 정도로 끔직한 경쟁의 세계다. 이 치열한 경쟁의 세계에서 버티려면 그들은 오로지 자기의 특정 연구 분야에만 매달릴 수밖에 없다. 따라서 의학자들, 소위 전문가들은 시야가 좁다. 그들은 희박한 가능성에 삶을 바치는 석유채굴꾼들과 동일하다. 노다지에 대한 망상에 젖어 여기저기를 뚫다가 대부분 한 생애를 마감한다. 그러면서 그들은 “평생을 인류의 건강을 위해 의학발전에 전념했다.”고 한다. 그러다가 운 좋게 한 곳에서 석유가 뿜어져 나오면 그는 ‘특허’를 획득하고 돈방석에 앉게 되지만 그 확률은 너무도 낮다는 게 문제이다. 따라서 대박을 꿈꾸는 현대의학이라는 신흥종교에는 극단적인 광신자는 많지만 성찰하는 철학자는 없다. 인간과 자연에 대한 애정이 없기 때문에 주류의사들이 개발한 특허의약품은 대부분 인간과 자연에 치명적인 고통을 남긴 채 거짓임이 밝혀지

면서 사라지는 사례는 너무도 많다.

게놈 프로젝트가 완성되면서 인간의 유전자가 2만 5천개 정도라는 사실이 확인하면서 과학자들은 생명의 비밀을 풀었다고 환호성을 울렸다. 이 2만 5천개의 유전자가 상호 작용을 통해 수백만 가지의 특성을 만들어낸다. 그런데 이 과정에 인간이 인위적으로 개입해서 다른 종의 유전자를 투입시키면 진화의 방향과 속도에 영향을 받게 되므로 상호작용은 깨지게 되고, 그 결과는 치명적일 수도 있다. 의학 역시 생명의 복원력인 면역체계에 인위적으로 개입하면 오히려 더욱 치명적인 질병만 불러오게 될 것이다. 이러한 많은 과학자들의 경고에도 불구하고 환원주의자들은 생명체의 복잡성과 자연의 복잡성을 단순하고 결정론적이며 예측 가능한 모델로 환원시켰다. 그들은 유전자를 조작해 사회에 만연하고 있는 질병뿐만 아니라 범죄, 빈곤, 폭력 등 악을 없애고 사회기강을 바로 잡을 수 있다고 확신했다. 이런 잘못된 확신 때문에 그들은 우생학에 몰두하며 자신들의 연구 결과로 나타날 인류의 불행은 고려하지 않고 핵무기, 합성화학물질, 유전자조작, 인간복제 등 잘못된 과학도 서슴없이 만들어냈다. 생명공학자인 리차드 밀턴은 유전자조작에 대해 “DNA 분자는 시험관에서는 안정적이지만 살아있는 유기체에서는 극히 복잡하고 다양한 방식으로 상호작용하면서 매우 불안정해질 수 있다. 생명은 복잡하게 진화하기 때문이다.”고 경고한다.[206] 우리의 미래가 과학자들에게 지배당할 것인가, 아니면 인간 각 개인이 스스로 지배할 것인가? 이 질문에 대한 답이 인류의 미래를 성공으로 이끌 것인지, 실패로 이끌 것인지를 결정한다.

2. 개량과 조작은 다르다.

과학자들은 종의 장벽을 넘나들면서 유전자를 옮겨 형질을 전환한 새로운 유기체를 만들어내는 것이나, 같은 종끼리 재조합을 통해 유전자를 새로 만들어내는 것이나 실제로 유전자가 변형된다는 점에서 동일하다고 믿는다. 그러나 전자는 자연의 질서를 무시하고 유전자를 직접 조작하는 행위이지만, 후자는 자연의 질서 속에서 유전자의 변형을 유도하는 행위로 엄연히 다르다. 유전자는 생명체의 핵심으로 홀로 작용하거나 자연의 질서를 벗어나 이곳에서 저곳으로 임의로 이전될 수 있는 그런 것이 아니다. 그런데 영국 왕립학회 회원이며 과학저술가인 브라이언 클레그는 “그레이트데인과 치와와라는 늑대를 개량해 보통의 애완견으로 만들어 왔고, 식용으로 거의 불가능했던 원형 옥수수를 변형시켜 생산량이 많은 식용 옥수수로 만들었으며, 콜리플라워를 변형시켜 양배추로 개량했다. 즉 인류는 오래 전부터 ‘자연스런 유전자조작’을 해 왔다. 과학자들이 기술을 책임감 있게 이용한다면 안전하다. 유전자조작의 위험은 지나치게 과장되어 있다.”고 하며 환원주의자들의 유전자조작을 옹호한다.[207] 유전자를 조작하거나 자연에서 특정 성분을 추출해 내도 인체는 모든 물질을 분자로 구분해 처리하기 때문에 아무런 부작용 없이 자연과 동일하게 받아들인다는 것이다.

그러나 확실한 것은 그레이트데인, 치와와, 원형 옥수수, 콜리플라워 등은 30억 년의 진화과정을 통해 만들어진 자연의 형질을 인위적으로 바꾼 것이 아니다. ‘동일한 종’ 중에서 우수한 암컷과 수컷을 되풀이 교배함으로 자연의 질서 속에서 인류가 필요로 하는 방향으로 개선시킨 것이다. 그러나 유전자조작은 자연에 존재하는 ‘종의 장벽’을 벗어난 것이다. 수선화의 유전자가 들어있는 황금쌀은 자연에 존재하지 않는다. 치누크①의 유전자가 들어있는 연어도, bt 박테리아의 유전자가 들어있는 옥수수도, 인간인슐린 유전자가 들어있는 박테리아도, 산호의 유전자가 들어 있는 글로피시②도 자연에 존재하는 생명체가 아니다. 특히 우

① 북극에 사는 연어. 추위에 이겨내도록 북극에 서식하는 치누크 연어의 유전자를 따뜻한 대서양에 사는 연어의 DNA에 이식해서 육식인 연어를 곡물로 이뤄진 옥수수사료로 양식할 수 있게 변형시켰다.

② 2003년 싱가포르에서 산호의 유전자를 물고기에 집어넣어 빛을 내는 관상어를 개발했다. 다음해인 2004년

려할 만한 사실은 이렇게 자연에 존재하지 않는, 새로 만들어진 생명체가 아무런 통제 없이 자연에 방출되어 있다는 사실이다. 치누크의 유전자가 들어 있는 연어 20만 마리 이상이 양어장을 벗어나 바다에 살고 있다. 인공 생명체가 오랜 시간이 지나면서 생태계를 어떻게 교란시킬지는 아무도 예측할 수 없다. 끔직한 상황이 오지 않기를 기도할 뿐이다.

자연에 존재하지 않는 물질인 DDT, DES, 비옥스, 항암제, 글리포세이트(제초제의 원료) 등으로 인류는 얼마나 고통을 겪었는지 벌써 잊었단 말인가? 사실 과학자들이 '책임감 있게 다룬다면 안전하다.'는 말은 맞을 수도 있다. 그러나 윤리적으로 과학자들을 어떻게 믿을 수 있단 말인가? 철학이 결핍된 환원주의 사고에 젖어 단 한 번의 우연으로 부와 명예를 거머쥐려고 수십 년을 몇 백만 달러짜리 실험도구에 매달린 채 거짓 연구를 대량생산하고 있는 그들에게 인류의 안전을 맡길 수 있겠는가? 그것은 너무도 위험한 발상이다. 환원주의는 과학이 아니라 이데올로기다. 끝없이 황금탑만을 추구하는 록펠러재단과 청교도가 만들어낸 이데올로기!

존 페이건은 미국립보건원(NIH)의 재정지원을 받아 20년이 넘도록 유전공학을 연구해온 분자생물학자다. 하지만 그는 1994년, 10여 년 간 그가 수행하며 남은 60만 달러의 연구비를 국립보건원에 돌려준 뒤 총 125억 달러 규모의 연구계획안을 반납했다. 그는 "유전공학자들은 시험관 안에서는 유전인자들을 매우 정밀하게 베고 붙일 수 있다. 그러나 그 인자들을 살아있는 다른 유기체에 집어넣는 과정은 너무 불안정하며 통제할 수도 없다. 잘못된 조작으로 유기체의 기능에 변화를 주어 변종이 출현할 수 있다. 그리고 일단 다른 유기체에 들어간 유전자는 예상하지 못한 부작용을 일으킬 수 있다."고 경고한다.[208] 현재 페이건은 유전공학의 위험성을 알리는 시민운동을 주도하고 있다.

진화과정과 다른 방향으로 생명체에 새로운 변종이 일어나면 인류는 이에 대해 대처할 방법이 없다. 실로 끔직한 미래의 모습이다. 한 유기체에서 DNA 조각을 잘라 다른 유기체에 집어넣을 때에는 DNA 조각만 들어가는 것이 아니라 바이러스 같은 유전적 기생충도 함께 들어간다. 유전적 기생충은 원래 특정 종에만 기생하게 되어 있어 '종의 장벽'을 벗어날 수 없지만 이 벽이 인간에 의해 무너지면 그 결과는 전혀 예상할 수 없는 끔직한 사태로 발전할 수도 있다. 뉴질랜드 오클랜드 대학의 생물학자인 로버트 만은 "살아있는 세포는 원자로와는 비교가 되지 않을 정도로 복잡하다. 하나만 잘못돼도 그 결과는 비참해진다. 초기에 안전할 것이라고 모든 과학자들이 확신을 했던 원자력이 극히 위험한 기술로 확인됐듯이 유전자조작도 위험성이 조금이라도 있으면 그것을 엄격하게 배제해야 한다. 유전자조작은 핵무기에 버금갈 정도로 위험할 수 있다."며 "상업적 이기주의에 젖어 있는 주류과학자들이 주장하는 환원론적 단순화는 앞으로 발생할 수도 있는 인류 멸망의 위험을 외면하고 있다."고 경고한다.[209] 사실 유전자조작은 인류의 식량이나 질병을 해결하기 위한 사랑의 행동이 아니고 특허를 통해 황금탑을 쌓으려는 주류학자들의 몸부림일 뿐이다.

6장. 인류를 속이는 거짓 연구들.

1971년에 1,050억 달러라는 막대한 예산을 투입해 벌여왔던 '암과의 전쟁'은 오직 주류의사들과 제약회사의 배만 두둑이 불려준 채 처절한 참패로 끝났다. 그러나 그 이후에도 미국을 비롯한 미국식 문화를 따르는 국가에서는 건잡을 수 없을 정도로 암이 증가하면서 공식적인 암과의 전쟁은 끝났지만 여전히 암 치료에 투입되는 국가 예산은 거대하다. 물론 상

에 미국 생명공학회사인 요크타운테크놀로지스가 사들여 글로피시라는 이름을 붙여 상업용으로 시판 중이다. 그러나 이렇게 유전자를 조작한 생명체는 성장속도가 빠르고 독성을 함유하고 있어 자연으로 방출되지 못하도록 철저한 관리를 해야 하지만 이미 대부분의 유전자조작 생명체가 자연으로 방출된 상태다.

상의 전염병인 에이즈광풍이 몰아치던 1980년대 중반부터 2000년대 중반까지는 국가 예산의 대부분이 에이즈와 암에 투입되기도 했다. 그 때도 역시 복지와 교육 예산을 축소시키면서 에이즈와 암 치료에 투입된 막대한 예산은 제약회사와 주류의사들의 탐욕만 채워준 채 그들이 주장했던 '에이즈는 섹스를 통해 전염된다.'는 허구가 밝혀지면서 끝을 맺었다. 그러나 아직도 암은 종양 제거수술, 항암치료, 방사선치료로 주류의사들의 가장 큰 수입원으로 자리 잡고 있다. 사실 암뿐만 아니라 모든 질병이 주류의사들의 수입원이기 때문에 그들은 지구에서 질병이 확산되고 환자가 늘어나기를 고대한다.

1. 윌리엄 섬멀린.

미국의 피부 연구자인 윌리엄 섬멀린은 1974년, 뉴욕의 메모리얼 슬로언-캐터링 암 센터에서 로버트 A. 굿 아래에서 일하고 있었다. 그는 유전적으로 호환성이 없는 검은 쥐와 흰 쥐 등 동물을 대상으로 4~6주 만에 피부이식에 성공함으로써 피부암의 조직이식에 획기적인 기틀을 마련했다는 이유로 의학계에 유명인물로 떠올랐다. 그러나 그의 이식수술은 곧 허구로 드러났다. 그는 알코올을 이용해 색연필로 흰쥐의 털을 검게 칠했다는 사실이 밝혀졌다. 후에 그는 거짓 연구를 하게 된 동기에 대해 연구의 성공에 따르는 거대한 황금탑에 대한 탐욕과 상사로부터의 실적 압박에 정신적으로 흔들렸다는 점을 고백했다. 그러나 그는 지금도 아칸소 주에서 알레르기 및 면역 전문 의사로 활동하고 있다.

그런데 중요한 사실은 지도 교수인 굿은 여행을 좋아하고, 사교성이 부족한 사람으로 섬멀린을 비롯해 어느 연구자들과도 공동 연구를 수행한 경우가 거의 없음에도 불구하고 5년간 그의 연구원들이 발표한 700편의 연구 논문에 단지 이름만 빌려주면서 유령 저자③로 활동했다는 사실이다. 유령저자의 결과 그는 뒤에 이어지는 승진과 언론의 조명을 한 몸에 받으면서, 매일 높아져 가는 황금탑을 보며 즐거워했으리라. 그러나 그의 제자가 거짓 논문으로 파문을 일으키고 해임돼도 이름을 빌려줬던 유령저자인 굿은 아무런 책임을 지지 않았다.[210] 유령저자들의 공통된 특징은 성공하면 공동연구자로 득을 보고, 실패하면 이름만 빌려준 것일 뿐 공동으로 연구한 것이 아니라고 변명하며 이름만 삭제하면 된다는 것이다. 그리고 서로를 감싸주는 의학계의 부패 구조에 의해 그들은 아무런 해를 받지 않는 경우가 대부분이다.

2. 존 롱.

메사추세츠 의대에서 연구원으로 근무하던 존 롱은 호지킨병이라는 악성육아종증을 전문적으로 연구했다. 그는 의학계의 난관으로 아무도 해내지 못한 호지킨병의 세포 배양을 이뤄냈다. 3명의 각기 다른 환자에게서 추출해낸 호지킨 종양의 세포주를 배양해 낸 것이다. 이러한 공적의 댓가로 1976년에 국립보건원으로부터 20만 9천 달러를 연구비로 지원받았고, 이어 1979년에 55만 달러를 추가로 지원 받고 메사추세츠 의대 조교수로 승진했다.

그러나 후에 밝혀진 사실은 각기 다른 세 명에게서 추출해 낸 종양 세포가 아니라 한 마리의 원숭이에서 추출해낸 일반 세포를 시험관에 의도적으로 끼워 넣었다는 것이다. 그는

③ 영국 세인트 토마스 의과대학 교수인 더글러스 올트먼이 2008년에 발표한 '의학연구에 관한 진실'(Practical Statistic For Medical Research)에 의하면 주류의사들이 제약회사의 재정지원으로 수행하고 발표한 연구 중 75퍼센트는 자신들이 진행한 연구가 아니고 제약회사가 작성한 논문에 이름만 빌려준 유령저자들이라고 한다. 그에 의하면 저자뿐만 아니라 동료들의 논평도 대부분 이름만 빌려주고 수수료를 챙기는 주류의사들이라고 지적한다. 그리고 나머지 25퍼센트도 연구의 내용이 대부분 처음에 제약회사가 건네준 결론에 근접하게 자료를 조작한다고 한다.

논문을 조작하기 위해 실험 일지를 다시 쓰거나, 원래 사진을 떼어내고 다른 사진을 붙이는 등 실험 자료를 조작한 것이다. 롱이 미리 내린 결론에 맞춰 연구 과정을 조작하고 전혀 관련 없는 자료를 추가해 처음의 결론을 이끌어 낸 것이다.[211)]

3. 존 R. 다시.

존 다시는 하버드 의대에서 유명한 의학자인 유진 브론월드 밑에서 일하던 심장질환 연구원이었다. 그는 1979년부터 1981년 사이 하버드의대에서 100편이 넘는 논문을 발표할 정도로 정력적이고 활기 넘치는 젊은 의사였다. 유명 학술지에 실린 대부분의 논문에 대해 동료 평가자들은 훌륭한 연구였다며 극찬하기도 했다. 특히 그가 발표한 많은 논문은 300만 달러 이상의 예산을 지원받고 있는 스승인 브론월드와 공동 집필을 하기도 했다. 물론 브론월드는 단지 유령저자였을 뿐이다.

그러나 다시의 눈부신 활약도 잠시. 2년 만에 그동안 그가 발표했던 심장질환 관련 논문들은 거의 대부분이 자료를 조작한 거짓 논문, 다시 말해 단지 단편소설이었음이 드러났다. 거액의 예산에 눈이 먼 브론월드도 제자의 논문을 읽어보지도 않고 논문에 자신을 공동 연구원으로 등재한 것도 문제였다. 결국 이전에 하버드대학 논문집에 등재됐던 다시의 논문 20편과 에모리대학에 등재됐던 논문 52편이 조작으로 확인되어 삭제됐다. 이 같이 공동연구 관행은 발표 논문의 수를 늘리기 위한 것으로 의학계에 만연하는 관행이다. 물론 이러한 경우는 대부분이 이름만 등재한다. 의학자의 자질과 연구비 배정은 수준 높은 연구로 결정되는 것이 아니라 발표되는 논문수를 기준으로 하기 때문이다. 이 사건에서도 지도교수인 브론월드는 아무런 책임을 지지 않았다.[212)] 문제는 이러한 연구를 바탕으로 제약회사에서 합성화학물질로 된 심장치료제가 생산된다는 것이다.

4. 엘리어드 알사브티.

알사브티는 요르단 왕가 혈통을 이어받은 젊은 의학도지만 그는 의학보다는 명성과 정치적인 욕망으로 부와 권력을 거머쥐는 데만 골몰했기 때문에 그의 파국은 처음부터 숙명으로 다가올 수밖에 없었다. 이라크에서 태어나 그곳에서 17세이던 1971년 의과대학에 입학한 그는 20대 초반부터 정치권력에 뛰어들어 의료계의 핵심인 면역부문을 맡으며 온갖 부패에 빠진다. 정치적, 의료적 부패에 대한 반감이 심해지자 결국 1977년에 자기 가문이 정권을 장악하고 있는 요르단으로 피신한 그는 다시 얼마 후 요르단 왕실의 후원 아래 의학 박사학위 연수차 미국으로 건너가 박사과정 연구원의 자격으로 제퍼슨 의대 내 프레드릭 휠록의 연구실에 채용된다.

그가 미국으로 건너온 지 5개월이 지난 1978년부터 그는 일본, 헝가리, 이탈리아 등 전 세계의 의학학술지에 암 전문가로서 연구 논문들을 발표한다. 1979년 4월, 25세이던 알사브티는 내과와 외과 박사학위를 소지하고, 전 세계 학술지에 60편의 의학 논문을 발표했으며, 11개 의학학회 회원자격을 갖고 있었다. 그러나 이러한 왕성한 연구와 경력에도 불구하고 그가 처참히 몰락할 수밖에 없었던 까닭은 그가 발표한 모든 논문은 이미 다른 사람이 유명 학술지에 발표한 내용을 제목과 저자, 일부 내용만 바꾼 채 덜 유명한 다른 학술지에 그대로 발표한 것으로 드러났기 때문이다. 그는 대범하게도 표절이나 도용 정도가 아니라 전체를 그대로 전재했다는 것에 더욱 충격을 주었다. 게다가 그가 취득했다는 모든 학위도, 경력도 심지어 왕실 가문이라는 것도 거짓임이 후에 드러난다. 그가 공동 저자로 거명했던 모든 공저자들도 동의 없이 이름을 게재한 것으로 드러났다.[213)]

5. 마크 스펙터.

아직 에이즈 공포가 시작되기 직전인 1981년 봄, 처절하게 패배했던 암 치료 분야에 갑자기 헬리 혜성인 24세의 스펙터와 그의 스승인 에프레임 락커가 등장하면서 의학계는 환호성을 질렀다. 많은 연구원들이 암세포 벽에서 발견되는 '나트륨-칼륨 에이티피아제'라는 효소를 분리하려고 시도했지만 매번 실패한 상황에서 코넬대학교에서 박사과정을 밟던 젊은 스펙타가 이를 거뜬히 분리해내고 또한 에이티피아제가 암세포 내에서는 비활성화되고 정상세포에서는 활성화되는 이유도 밝혀냈다.

그에 의하면 종양 바이러스에 들어 있는 사크유전자가 세포를 감염시켜 종양을 일으키며 또한 이 사크유전자가 프로테인 키나제를 만들어 내면서 세포 내에서 키나제 연쇄반응이 시작된다고 한다. 인간의 세포에는 프로테인 키나제라는 효소가 있고 4종의 서로 다른 키나제가 연속적인 도미노 현상을 일으키며 최종의 것이 ATP아제를 인산화 한다는 것이다. 따라서 암바이러스가 세포에 감염되어 ATP아제를 불활성화시켜 암을 확산시키므로 이를 차단, 제거하면 대부분의 암을 예방 또는 치료할 수 있다는 게 '키나제 케스케이드 이론'이었다. 인류의 오랜 숙원인 암의 원인과 치유법을 발견했다는 소식은 전 세계의 비상한 관심을 모았고 특히 암환자들을 열광케 했다. 당시 국립암연구소 소장이던 빈센트 드비타는 각 학술지에 압력을 넣어 이를 널리 홍보할 것을 요구하기도 했다. 결국 저명한 사이언스지는 1981년 7월 15일자로 연구논문을 표지를 비롯해 수 페이지에 걸쳐 소개하는 특집을 꾸미기도 했다.

오랜 세월 암 연구에 몰두해온 미 정부와 각 대학 등은 사실상 거액의 연구비를 지원했고 락커와 스펙터는 숱한 강연과 TV 출연으로 명성과 황금탑을 거머쥐게 됐고 국민적 영웅이 됐다. 그러나 스펙터가 찾아냈다는 키나제 폭포는 어느 누구에 의해서도 재연되지 않으면서 의심을 받기 시작했고 결국 스펙터가 암세포에 방사성 요오드를 부착한 키나제를 인위적으로 주입한 것이 확인되면서 2개월 만에 그의 연구는 조작으로 드러났다. 그 당시 미 국회 과학기술위원회는 잇단 의학 관련 사기연구에 대한 방지책을 논의하던 중에 또 다시 재발한 것이다. 물론 스펙터의 스승은 다른 경우에서와 마찬가지로 아무런 책임을 지지 않았다.[214] 한번 의학계에서 성공하면 제약업계나 학회, 정치권에서 철저히 보호해주기 때문이다.

6. 앤드류 웨이크필드.

영국 로열 프리 병원의 소아과 의사인 앤드루 웨이크필드는 1998년 영국 의학전문지 '란셋'에 발표한 논문을 통해 "갈수록 늘고 있는 자폐증은 MMR 백신과 관련이 있다."고 주장했다. 그러나 후에 그 연구는 백신을 접종 받은 후 수 시간 내에 자폐증에 걸린 12명의 부모로부터 소송의뢰를 받은 법률회사에서 48만 5643파운드와 함께 아이들을 연구해 달라는 의뢰를 받고 수행한 연구였음이 밝혀졌다. 결국 그는 2010년 2월 란셋에서 논문을 삭제당하고, 그 해 5월 의사 자격을 박탈당한다.

그는 자폐증 아이들을 연구하는 과정에서 어린이에게 극히 위험한 대장내시경, 요추천자, 뇌조영술, 결장경검사, MRI촬영를 실시하는 등 과도한 의료행위를 실시했기 때문이다. 이 연구 역시 막대한 돈에 눈이 먼 주류의사들에게서 흔하게 나타나는 탐욕의 한 장면이다. 이미 결론을 내려놓고 이를 입증하는 자료를 무리하게 구하려다가 일어난 거짓 연구사건(원하는 결과가 나타나지 않으면 폐기하고 다른 방법을 시도한다)이었다. 결국 12명의 아이 중

1명에게 대장의 12곳에 상처를 내고 '다발성 장기부전'을 일으켜 응급실로 이송하는 의료사고가 발생한다.[215)]

7. 에릭 폴먼.

비만과 노화에 관한 전문가로 미국에서 크게 활약했던 에릭 폴먼은 메릴랜드 의대와 버몬트 의대에서 근무하던 오랜 기간 동안 제약회사로부터 재정지원을 받으며 논문을 계속 발표해 왔다. 게다가 미국립위생연구소로부터 17차례에 걸쳐 수백만 달러의 연구비를 수령하기도 했다.

그는 논문에서 콜레스테롤이 동맥에 축적돼 심장질병을 야기해 심장마비가 일어나기 때문에 콜레스테롤 저하제를 복용해야 하며, 폐경기 여성이 호르몬대체요법을 받으면 젊음을 다시 회복할 수 있고, 비만은 당뇨병 등을 일으키기 때문에 비만치료제를 복용해 비만을 제어해야 한다는 등 제약회사가 원하는 결론을 계속해서 만들어 줬다. 그러나 그가 발표한 연구는 버몬트 의대의 스승인 월터 데니노와 함께 대부분 자료를 조작한 거짓 연구로 밝혀졌다. 결국 그는 2006년 6월 28일에 사기혐의로 구속되어 1,542,000달러의 벌금을 부과받고, 1년간 교도소에 구금되기도 했다. 그러나 이 사건에서도 스승 데니노는 아무런 법적 책임을 지지 않았다.[216)]

8. 기타

주류의사들의 거짓 연구는 끝이 없다. 우리나라의 황우석 교수도 동일한 사례에 해당된다. 전문가라는 타이틀을 유지한 채 무지를 가리고 탐욕을 불태우기 위해 그들은 지금도 끝없이 거짓 연구를 발표한다. 문제는 하루에도 수천 건씩 발표되는 연구 논문들 중 거짓임이 나중에라도 발각되는 사례는 1퍼센트도 되지 않는다는 사실이다. 그리고 더욱 염려되는 사실은 이 같은 거짓 연구에 의해 의약품과 수술법이 새로 도입되고 결국 전 세계적으로 수십만 명 이상의 목숨을 앗아간 후에야 시장에서 퇴출되고, 연구가 조작됐음이 확인된다는 것이다. 그러나 끔직한 사실은 대부분 시장에서 퇴출된 의약품은 다시 시행되는 거짓 연구를 기초로 해서 이름과 함량을 바꾼 채 시장에 다시 등장한다는 사실이다.

미국에서 영양과 약의 효능에 대해 최신의 논문을 싣기로 유명한 '뉴잉글랜드 의학저널(NEJM)'이나 '미국의학협회저널(JAMA)'에는 식품회사와 제약회사가 매년 3,000만 달러 이상의 광고를 싣는다. 게다가 거짓 연구를 의뢰한 주류의사들에게 지불되는 더러운 돈도 매년 수천만 달러를 넘어서고 있다. 이런 상황에서 미국립보건원(NIH)이 2005년 7월에 발표한 내용에 따르면 데이터 조작으로 거짓 논문을 발표한 주류의사의 비율이 전체 논문의 33퍼센트나 된다고 한다. 다만 이 비율은 거짓이 밝혀진 경우에 한하기 때문에 실제는 80퍼센트를 넘어설 것으로 확신한다. 이렇게 영양에 관한 지식과 약리작용에 관한 지식을 거짓 논문과 기업의 선전 팜플렛으로 습득하게 되니 주류의사들은 결국 환자에게 강독성 항암제, 관절염치료제인 비옥스, 비만치료제인 리덕스 등의 독약 또는 마약을 환자에게 투여하고, 콘플레이크, 커피메이트 크림, 아스파탐, 마가린 등을 음식으로 처방하는 수준까지 추락하고 말았다.[217)]

1984년 프랑스 파스퇴르 연구소의 암연구자인 뤽 몽테니어는 실험실에서 추출해낸 새로운 바이러스를 검토해 달라고 미국 암협회회장인 로버트 갤로에게 의뢰한다. 그러자 갤로는 이를 자신이 에이즈환자에게서 추출해낸 바이러스라고 발표하며 그 바이러스에 HIV라는 이

름을 붙인다. 그리고 HIV 바이러스에 의해 에이즈가 전염된다는 내용의 논문을 발표한다. 에이즈공포의 시작이었다. 그는 그 공로로 미국 국립보건원(HIV) 원장으로 승진하고 에이즈 환자를 가려내는 엘리자테스트를 개발해 특허를 취득한다. 이로써 20여 년간 세계적으로 수십만 명의 거짓 에이즈 환자를 만들어내고, 항암제 아즈트 등으로 생명과 재산을 앗아간 후에 '에이즈는 암의 일종으로 전염되는 질병이 아니다.'는 사실이 밝혀지고, HIV의 허구가 드러나면서 에이즈공포는 사라졌다. 갤로는 엘리자테스트로 10억 달러 이상을 벌어들였고 현재 미국에서 초거부로 생존해 있다.④[218)]

1999년 17세의 제시 젤싱어는 희귀성 유전질환을 앓고 있었는데, 카바밀라제 효소의 분비가 선천적으로 부족해 단백질을 제대로 소화시키지 못하는 질병이다. 제임스 윌슨 등 펜실베니아 대학의 주류의사들은 정상적으로 이 효소를 분비하는 유전자를 바이러스에 넣어 그의 몸에 주입했다. 그는 바이러스를 주입받자마자 폐, 간, 신장 등 대부분의 장기가 괴사하면서 4일 만에 사망했다. 사실 당시 젤싱어의 증상은 정상인에 비해 카바밀라제 효소가 조금 부족한 상태여서 정상적인 치료로 일상생활이 가능한 상태였다고 한다. 문제는 인간의 몸에 주입하기 전에 실시했던 원숭이실험에서도 대부분의 장기가 괴사해 죽었지만 주류의사들은 동물실험에서 성공해 안전하다며 속이고 임상실험을 강행했다. 더욱 경악스러운 사실은 이 치료법이 성공해 특허를 획득하면 그 특허권은 윌슨이 1992년에 설립한 제노보사로 귀속되어 윌슨은 하루아침에 거대한 황금탑을 쌓을 수 있다는 것이다. 이 탐욕스런 임상실험은 제노보사가 연구비를 지원했다.[219)]

지금까지 유방암유전자, 비만유전자, 당뇨병유전자 등 유전자치료와 관련하여 한 때 광풍이 일기도 했지만 사실 성공한 경우는 거의 없다. 연구비 지원과 유전자 특허로 수많은 주류의사들이 한순간에 억만장자 대열에 들어서기는 했지만 그 결과는 너무도 처참하다. 암치료의 경우와 같이 대부분의 환자들은 주류의사에게 속아 결국 재산 잃고 생명 잃고... 이렇게 유전자치료 광풍은 허구가 들어나면서 사라지고 있다. 사실 유전자가 질병을 유발하고 따라서 유전자를 치료하면 질병에서 벗어날 수 있다느니 장수할 수 있다느니 하는 말들은 주류의사들의 탐욕이 만들어낸 거짓이다. 에이즈가 HIV로 인해 발병하고 HIV는 섹스를 통해 전염된다느니, 폐암은 담배가 원인이라느니, 간암은 알코올이 원인이라느니 하는 거짓을 만들어내듯이...

1986년에 항생제 아목시실린의 제조사인 GSK가 작성한 소설을 임상실험 보고서로 바꾸는데 이름을 빌려준 주류의사들에게 160만 달러를 지불했음이 밝혀졌다.

1990년대 초, 캐나다의 외과의사 로저 포이존은 14건의 대규모 암 치료 연구에서 99명의 환자에 대한 자료를 조작한 사실이 밝혀졌다.

1993년 주디스 스와지는 교수와 연구원들을 상대로 한 설문조사 결과, 43퍼센트 이상이 연구비와 명예, 승진을 위해 연구 자료를 조작하거나 해석을 왜곡시키거나 하는 방법으로 거짓 논문을 발표했다는 사실을 미국 과학학술지에 발표했다.

1994년 캘리포니아 의과대학의 베팅 덩 교수가 제출한 연구 논문이 미국의학협회저널에 게재가 허용되어 인쇄 도중에 출판이 금지되고 다시 출판한 저널에는 덩 교수의 논문이 삭제됐다. 나중에 밝혀진 사실에 의하면 부츠제약회사가 지원한 임상실험에서 부츠가 생산하려는 갑상샘 치료제가 부작용 위험이 크다는 연구 결과를 그대로 게재했기 때문에 대학에

④ 상상의 전염병인 에이즈에 대해서는 필자의 저서 "그들은 어떻게 권력이 되었는가"에서 자세하게 다루고 있다.

압력을 넣어 출판을 금지시킨 것이다. 그리고 다음해인 1995년에 다른 사람에 의해 다시 진행된 연구는 부츠사의 제품이 부작용이 거의 없다는 내용으로 바뀌어 게재됐다.

1995년 하버드 의대 외과의사인 앤드루 프리드먼은 자신이 유명 학술지에 발표한 58건의 논문 중 많은 논문에서 자료를 조작했음을 양심선언을 통해 인정했다.

비만치료제인 펜펜이 간부전증 등의 부작용으로 수많은 사람들의 생명을 앗아간 후 1997년에 시장에서 회수됐다. 그 후 1999년에 밝혀진 사실은 제약회사인 와이어스사가 자체 작성한 소설에 주류의사 10명의 이름을 빌려 임상실험보고서로 제목을 바꿔 FDA에 제출하고 승인받았음이 밝혀졌다.

말라리아 전문가인 하버드 의대의 알리 술탄(Ali Sultan)은 2004년에 연방 지원금을 받기 위해 제출했던 논문에서 자료를 조작한 사실이 후에 밝혀졌다.

2005년, MIT 생물학 교수인 룩 반 파리스는 면역체계 세포에 관한 그의 유명한 논문에서 자료를 조작했음이 밝혀졌다.

2006년, 웨이크포레스트 대학 연구원인 게리 캄머는 연구지원금을 연방정부에 신청할 때 환자 및 그의 가족에 전원에 대해 자료를 조작했음이 밝혀졌다.

2007년, 노르웨이 암 연구자 존 수드보는 흡연자가 진통제를 복용할 경우 구강암 발생 위험이 크게 줄어든다는 내용의 논문을 유명한 학술지인 렌싯에 발표했다. 그러나 후에 908명의 환자에 대한 자료를 조작했음이 밝혀졌다.

2008년, 노벨의학상 수상자이자 하버드 의대 교수인 린다 벅이 네이처지에 발표하려던 연구 논문이 자료가 조작됐다는 사실이 사전에 밝혀져 게재가 금지됐다.[220]

7장. 규제완화라는 유령.

여기에 소개된 논문 조작 사례는 밝혀진 전체 조작 사건의 1퍼센트도 되지 않는다. 아직 밝혀지지 않은 경우까지를 고려한다면 0.01퍼센트도 되지 않을 것이다. 특히 충격적인 사실은 제약회사에서 재정을 지원하는 신약에 대한 임상실험은 거의 대부분이 거짓이라는 것이다. 문제는 늘 “엄격한 동료 평가를 거치기 때문에 거짓은 자동적으로 걸러져서 논문의 내용은 확실하다.”고 주류의학계는 항상 강조하지만 지금도 논문 조작 사건은 수시로 밝혀지고 있다. 다른 분야보다 특히 의학계에서 거짓 연구가 횡행할 수 있는 까닭은 전 세계에서 5만여 종류의 의학학술지가 존재한다는 것과 필수적으로 거쳐야 할 동료 평가가 대부분 더러운 돈에 의해 형식적으로 그친다는 점, 또한 그들이 전문가라는 성 안에서 듣고 싶은 것만 듣고, 보고 싶은 것만 보려는 독선이 강하다는 점 때문이다.

영국 의학저널(BMJ) 2001년 9월호에서 소아과 의사인 리처드 스미스는 동료평가에 대해 이렇게 지적한다. “동료평가는 우리에게 유익보다는 폐해를 훨씬 많이 가져온다. 동료평가는 기업이 지불하는 비용이 많이 들고, 편견에 사로잡히기 쉽고, 사기행위로 악용될 수 있으며, 따라서 거짓 논문들을 너무도 많이 양산하게 된다.” 다시 말해 동료평가라는 시스템은 산업이 탐욕에 일그러진 주류의사들을 동원해 의학을 조작하기 위한 허울 좋은 제도에 불과하다는 것이다.[221] 때문에 이러한 폐단을 막기 위해 1974년에 미국 보건복지부에서 의학연구를 하는 의사들에게 기본적인 윤리규칙을 제정했고, 이후 1981년에 정부기관으로부터 연구비를 지원받는 모든 의사들에 대해 윤리위원회를 설치해 윤리성과 연구 수준을 검토하도록 규정하고 있지만 이미 일그러진 자본주의의 탐욕과 잘못된 과학인 환원주의의 무지에 젖은 주류의사들의 폐쇄성 앞에서는 아무런 기능도 하지 못하고 있다. 이런 상황에서 세계적으로 유명한 의학 학술지인 란셋(Lancet)이나 자마(JAMA), 뉴잉글랜드저널(NEJM) 등

에는 제약회사의 재정지원으로 이뤄지는 조작된 논문으로 가득하다. 그들은 동료라는 공동체의식으로 서로를 보호해주고, 설령 거짓이 밝혀진다 해도 대부분 침묵을 지킨다. 마치 자신의 연구도 언제 거짓이 밝혀질지 모른다는 불안감을 안은 채! 따라서 대부분의 거짓 연구는 양심적인 내부고발자에 의해 밝혀지고 동료평가를 통해 밝혀지는 경우는 거의 없다. 문제는 모든 조직이 내부고발자에 대해서는 가혹하게 대처하기 때문에 해고, 고발 등의 불이익을 감수하고 인류의 평화라는 양심에 호소하는 내부고발자는 현실적으로 거의 없다는 게 아쉬운 사실이다.

이 같은 거짓 연구는 과거부터 행해져온 관행이기도 하지만 특히 1980년대 초부터 기업보호를 위한 규제완화라는 희미한 유령이 전 세계를 배회하면서 더욱 강하게 나타나는 현상이다. 의약품과 식품첨가제 등에 주요 원료로 사용되는 합성화학물질이 기업에 안겨주는 수익은 상상을 초월할 정도의 거액으로 보통 1,000배의 순이익을 가져다준다. 따라서 제약회사와 화학회사가 무대 뒤에서 주류의사들에게 건네주는 거짓 연구의 댓가도 상상을 초월할 정도의 거액이다. 또한 주류언론에게 건네지는 광고비와 촌지 명목의 댓가도 역시 상상을 초월할 정도의 거액이다. 1981년 3월, 마크 스펙터의 거짓 연구가 밝혀지면서 청문회가 소집됐을 당시 국립보건원장이던 도널드 프레드릭은 “우리는 모든 규제를 풀고 있습니다. 거짓은 자동적으로 발각되어 축출되기 때문입니다.”고 증언한다.[222] 이런 상황에서 현대의학은 이미 말기단계에 접어들었다.

이 같은 ‘스스로의 양심에 따른 행동’이라는 규제완화 정책으로 인해 의약품에 대한 안전성 실험이나 임상실험, 그리고 식품첨가제에 대한 안전성 실험은 전적으로 제약회사와 식품회사가 독자적으로 진행한다. 그들은 거액으로 유명한 주류의사를 고용하거나, 경우에 따라서는 회사 직원들이 실험과는 별도로 사무실에 앉아 소설을 쓰고 유명한 주류의사의 이름만 빌리기도 한다. 의학계에서 유령저자 사례는 너무도 흔한 일이다. 한 연구에 의하면 임상실험의 92퍼센트가 제약회사로부터 재정지원을 받고 수행됐고, 75퍼센트가 유령저자에 의한 것이라고 한다.[223] 우리나라의 자료는 확인 할 방법이 없지만 이보다 훨씬 더할 것이라고 본다.

우리나라나 일본, 미국, 캐나다 등의 식품의약청이나 환경청 등과 같은 규제기관에는 단지 실험 결과를 요약한 보고서만을 제출하고, 규제기관에서는 현장실험에는 참여하지 않고 이 보고서만을 검토하고 승인한다. 게다가 보고서에는 관행처럼 따르는 것이 두툼한 돈 봉투다. 이런 상황에서 안전성 실험이 부적격으로 거부되는 일이란 애당초 기대할 수 없다. 이런 보고서에 의해 승인받고 시판되는 의약품이나 식품첨가제를 복용하는 인류의 건강이 참으로 걱정스럽다. 주류의사들의 자녀나 손자들도 결국 약이나 가공식품을 이용하게 될 텐데! 그동안 우리는 정부가, 또는 전문가가 우리를 지켜줄 것이라는 ‘현대의학이라는 거짓 신흥종교’에 얼마나 오랫동안 속아왔던가? 마약에 찌든 주류의사들에게 단지 그들이 의사자격증을 가지고 있다는 허울 아래 위험한 마약을 얼마나 많이 처방받아 왔던가?

예컨대 1990년대 제약회사의 지원을 받아 주류의사들이 수행한 대부분의 연구에 의하면 호르몬대체요법이 여성에게서 심장병 위험을 50퍼센트 낮춰준다고 했다. 그러나 여성건강협회(WHI)가 2002년에 발표한 대규모 연구⑤에 의하면 오히려 호르몬대체요법은 유방암 발생

⑤ 1991년부터 40개 의료센터에서 161,000명의 갱년기 여성을 상대로 실시한 가장 규모가 크고 과학적인 임상실험이다. 2011년까지를 연구기간으로 잡았으나 그 결과는 제약회사와 주류의사들의 주장과는 달리 호르몬대체요법의 부작용이 너무 커서 중도인 2002년에 중단했다. 이 실험을 중단한 후에도 연구진은 대상 여성들을 추적 조사한 결과 호르몬제를 복용하다가 중단한 경우에도 1)유방암에 걸릴 위험은 27퍼센트, 2)다른 암에 걸릴 확률은 24퍼센트 높았고, 반면 3)대장암과 골절의 위험성은 약을 처음부터 복용하지 않은 여성과 비슷

률을 27퍼센트, 뇌졸중은 41퍼센트, 심장질환은 29퍼센트, 폐혈전은 2배, 간경화는 3배 증가시키는 것으로 나타났다. 주류의사들이 수행한 연구는 건강한 젊은 여성들을 상대로 단기로 실험하면서 부작용이 나타날 즈음에 실험을 종료하거나, 자료를 조작했기 때문에 50퍼센트의 감소 효과가 나타난 것이다.[224] 탐욕에 젖은 주류의사들의 눈에는 돈만 보이고 그들의 생각에는 쌓여가는 황금탑에 대한 환상만 그려지기 때문에 나타나는 행각들이다.

사실 기상예보, 기계제작, 컴퓨터처리 등 많은 분야에서의 오류는 고의로 저지르는 범죄보다는 실수에 의해 저질러지는 경우가 많지만, 의학에서는 그 반대로 실수에 의한 경우보다는 고의로 저질러지는 범죄가 대부분이다. 이는 그 만큼 다른 분야보다 제약회사로부터 들어오는 황금탑과 주류언론이 키워주는 명예가 더 황홀하기 때문이다. 그러나 그 댓가는 그들의 가족을 포함한 인류의 건강악화라는 치명적인 손실이다. 결국 우리가 건강을 지키고 소박하면서도 행복한 삶을 엮어가기 위해서는 진실을 알고, 전문가라는 성벽을 헐어낸 후 그들의 실상을 만천하에 그대로 벗겨내야 한다. 전문가라는 성벽은 대중이 만들어 준 것이기 때문에 대중이 헐어내야 한다. 물론 극소수의 양심적인 비주류의사들이 있음은 사실이다. 그들은 진정으로 이웃의 건강을 지켜주며 이웃과 함께 더불어 삶을 엮어가려고 노력한다. 필자가 알고 지내는 몇 명의 양심적인 비주류의사들에게 늘 존경과 감사의 마음을 표한다. 그들은 비록 가난하지만 늘 소박한 행복에 차 있다.

그러나 그들 중 일부에게도 문제가 되는 것은 그들이 배운, 그래서 옳다고 처방하는 현대의학이 근본부터 잘못된 환원주의에 기초하고 있다는 것이다. 자연의 조화를 거스르고 합성화학물질로 증상만 없애려는 환원주의식 현대의학은 결코 인류를 질병으로부터 벗어나게 하지 못한다. 오히려 각종 암, 심장질환, 신부전증, 골다공증, 당뇨병, 간질환 등 모든 만성질병을 불러올 뿐이다. 따라서 우리가 알고 있는 현대의학이라는 신흥종교가 인류를 위해서 할 수 있는 일이란 교통사고, 뇌졸중 등 응급의 경우뿐이고 암, 심장질활, 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 골다공증 등 현대의 만성질환에 대해서는 할 수 있는 일이 거의 없다. 오히려 현대의학은 질병을 악성으로 키울 뿐이다. 따라서 오직 우리의 건강은 우리 스스로가 지켜야 한다.

마무리하며 - 현대의학을 의심하라.

1. 알몸이 드러나다.

우리나라에서 대중이 현대의학에 대해 환상을 갖게 된 근원에는 침략자인 일본의 강요, 그리고 해방 이후에 점령군으로 한반도에 들어온 미군에 의해 대중의 의식이 서구문화를 선망하게 된 데서 비롯된다. 해방과 좌우대립, 곳곳에서 벌어지는 내전, 그리고 이어지는 전쟁이라는 질곡을 겪으며 배고픔을 이겨내던 우리의 눈에 비친 미국의 모습은 한마디로 부러움이었다. 특히 제2차 세계대전의 승전국으로, 대한민국의 점령군으로 나타난 미국은 풍부한 물량공세와 선진문명으로 우리의 혼을 여지없이 빼앗아 갔다. 정치, 경제, 사회, 문화, 종교, 도덕 등 모든 부문에서 우리의 혼은 하루아침에 무너지고 모두가 빠르게 미국식으로 바뀌어

했다. 자궁을 제거한 여성의 경우에는 유방암에 걸릴 위험은 조금 낮았으나 뇌졸중에 걸릴 위험은 훨씬 높았다.

갔다.

그 때문에 3만년의 임상실험을 통해 안전성이 입증된 전통의학이 몸 전체를 진단하기 때문에 부작용 없이 근원을 치료할 수 있음에도 불구하고, 마약으로 증상만 잠시 없애주는 미국식 현대의학에 의해 언저리로 밀려날 수밖에 없었다. 사실 주류의사들이 알고 있는 현대의학이라는 신흥종교에 대한 지식은 환원주의 입장에서 통계 또는 조작에 의해 습득한 가설이고, 합성화학물질로 만들어진 마약으로 증상만 임시 완화시키는 대증요법일 뿐이다. 현대의학이 주장하는 '근거 중심의 의학'이라는 허구는 제약회사와 주류의사들이 만든 기준일 뿐이다. 그들이 만든 기준인 '근거'에는 철학과 인간이 철저하게 배제되어 있다. 중세의학이 철학과 인간을 배제하고 신을 중심으로 만들어졌듯이, 현대의학에서도 철학과 인간은 철저히 배제되고 수익을 중심으로 만들어지고 있다. 이러한 현대의학의 특징은 환원주의에서 시작되는 무지와 청교도에서 시작되는 탐욕으로 요약할 수 있다.

한때 희소가치와 미국식 첨단의학이라는 환상 때문에 엄청난 특권과 명예를 누려왔던, 그리고 지금도 누리고 있는 주류의사들은 이제 대중들로부터 그 환상의 옷이 벗겨진 채 알몸을 드러내고 있다. 이제 감기 하나 치료하지 못하고 타이레놀이나 아스피린 등 암페타민(히로뽕) 성분이 들어 있는 마약인 진통제로 잠시 통증만 가라앉히는 그들에게 당뇨병이나 암 또는 심장질환 등의 치료를 의뢰한다는 것이 얼마나 위험한 일인지 이제 대중들은 서서히 깨닫기 시작했다. 주류의사에게 치료를 받으면 당장 그 증상은 사라지지만 점점 면역체계가 무너져 또 다른 곳에 악성의 새로운 질병이 생긴다. 이제 우리 대중은 발가벗은 주류의사들의 실체를 알게 됐다. 이의를 제기할 수 없게 만드는 힘인 '하얀 가운'의 실체가 벗겨지면서 가운 안에 숨겨둔 거대한 탐욕과 무지를 본 것이다.

그럼에도 불구하고 주류의사들은 지하에 쌓인 황금탑에 눈이 멀어 자신이 알몸이라는 사실도 깨닫지 못하고 있다. 주류의사들이 전문가라는 환상에서 벗어나지 못한 채 세계를 휩싸고 있는 규제완화라는 희미한 유령과 '마법의 탄환'이라는 마약에 찌들어 무지를 덮고 탐욕을 불태울 수 있는 까닭은 현대의학이라는 신흥종교가 받쳐주고 있기 때문이다. 그러한 현대의학이 거대한 자본을 앞세우고 초첨단 기계와 시설, 전문가라는 성벽에 의존한 채 장기 고객인 만성환자를 양산하기 때문에 지금도 종합병원에는 고객들로 바다를 이루고 있다. 종합병원에서 1시간 이상 줄을 서서 기다리는 환자들은 대부분이 암, 당뇨병, 고혈압, 골다공증, 비만, 우울증, 폐경, 신부전증 등 만성질환자들이다. 그런데 사실 이들은 대부분이 질병자가 아니다. 다만 주류의사들에게 속아 자신이 질병자인 줄 알고 마약을 복용하고 수술을 기다리고 있다는 것이다.

만성질병은 주류의사들이 선전하는 약과 가공식품 등을 통해 섭취하는 합성화학물질에 의해 면역체계가 무너지기 때문에 발생한다. 합성화학물질이 인체에 해롭지 않다는(예컨대 비타민 보충제가 건강에 이롭고, 비만은 약으로 치료해야 한다는) 거짓 연구를 통해 환자를 만들어내고, 또한 부작용이 반드시 따르는 합성화학물질로 만들어진 약으로 치료하기 때문에 질병의 악순환은 끝없이 되풀이 된다. 수술을 하면 많은 질병이 완치되는 줄로 알지만 사실은 수술을 통해 많은 신경조직을 제거하기 때문에 단지 통증만 느끼지 못하는 것이다. 통증이 사라졌기 때문에 일반 대중은 치료된 것으로 오해하는 것이다. 통증은 몸의 이상을 사전에 경고하는 면역체계의 일종이어서 신경조직을 제거해 통증을 느끼지 못하면 그 결과는 실로 끔직하다. 현대의학이 외형적으로 성장할수록, 주류언론이 띄워주는 유명한 의사가 많아질수록 환자는 늘어나고 고통은 더해지면서 인류의 삶의 질은 끝없이 추락하고 있다.

2. 이제는 의사에게 속지 말자.

이제 인류는 여울목에 서 있다. 그동안 오랫동안 얼마나 많은 인류가 주류의사들에게 속아 콜레스테롤 저하제인 크레스토와 합성지방인 마가린으로 죽어 갔던가? 얼마나 많은 인류가 감기약인 타이레놀, 비만치료제인 리덕스와 당뇨병치료제인 리줄린, 호르몬치료제인 프렘프로, 돼지독감 예방 백신인 타미플루, 관절염치료제인 비옥스, 심장병치료제인 스타틴, 그리고 관상동맥우회술, 뤽상 위우회술, 항암제로 죽어 갔던가? 또한 얼마나 많은 인류가 거짓 조기검진을 통해 X-선에 노출되어 환자로 만들어졌고, 거짓 유방암 유전자에 속아 10대 소녀가 유방과 자궁을 절제 당한 채 남은 생애를 눈물로 보내야 했던가? 마침내는 죽음까지도 속여 생을 다한 노인들에게도 수십 개의 호스를 기계에 연결시켜 편안한 죽음마저 방해하지 않는가?

근세 초까지 현대의학은 매독이나 결핵, 암 환자에게 수은, 비소, 독가스 등 강독성 물질을 환자의 체내에 투여했다. 실험실에서 수은이나 비소, 독가스가 매독균인 스피로헤타와 결핵균인 미코박테리아를 죽이고, 독가스가 암세포를 파괴한다는 사실을 확인했기 때문이다. 이 얼마나 어리석은 치료법인가? 수은이나 비소, 독가스가 체내로 주입되면 인체의 세포는 어떻게 될 것인가? 이런 독성이 인체의 세포는 그대로 나둔 채 세균이나 암세포만 골라서 파괴할 것이라는 상상을 한다는 것이 얼마나 황당한가? 수은이나 비소를 투여하는 치료법은 얼마 전에 사라졌지만 독가스로 암을 치료하는 항암요법은 현대의학에서 아직도 암치료의 제1원칙이다.

문제는 주류의사들이 암환자에게는 수술, 항암치료, 방사선치료를 권하지만 정작 의사 자신들이 암에 걸렸을 때는 대부분 항암치료와 방사선치료를 거부한다는 사실이다. 항암치료와 방사선치료가 비용은 고가지만 아무런 치료효과가 없고 오히려 고통 속에서 생명만 단축시킨다는 사실을 알기 때문이다. 사실 매독환자나 결핵환자는 매독이나 결핵으로 죽어간 것이 아니라 강독성 물질인 수은이나 비소로 죽어갔다. 마찬가지로 오늘날에도 암환자는 암으로 죽는 경우는 없고 모두 항암제와 방사선으로 죽어간다.

현대 문명이 만들어낸 가장 치명적인 독은 “의학이 모든 것을 해결해 줄 것이다.”라는 미신이다. 이러한 미신은 미국식 사고를 가지고 있는 지식인들에게 특히 심해서 의학에 대해서는 거의 검증을 하려고 하지 않는다. 이러한 미신 때문에 감기만 걸려도 항생제라는 폭탄을 집중 쏟아 붓지만 그 결과는 몸 안의 좋은 박테리아를 변형시켜 독성이 강한 살모넬라균이나 이콜리균을 만들어 낼 뿐이다. 사실 현대의학의 주류의사가 해결해 줄 수 있는 질병은 5퍼센트도 되지 않는다. 대부분의 당뇨병, 고혈압, 신부전증, 심장병, 관절염 등 만성질환자들은 주류의사들에게 속아 재산과 생명만 빼앗길 뿐이다. 모든 질병을 기계에 의한 수치로만 판단하고 모든 질병을 동일한 방법으로 치료하려는 주류의사들은 비만을 약이나 수술로 치료해야 할 질병이라고 하고, 우울증을 마약으로 치료해야 할 정신질환이라고 하며, 여성의 노화에 폐경이라는 질병명을 붙여 합성화학물질을 쏟아 붓지 않는가?

데카르트가 만들어내고 록펠러대학교와 제약회사가 이어받아 발전시킨 환원주의라는 이데올로기는 물리학, 생물학, 기계학에 이어 의학이라는 또 다른 종교를 등에 업고 인류의 의식 속에 굳게 자리 잡았다. 의도적으로 만들어지는 이데올로기는 널리 공유되지만 객관적으로 입증되지 않은 가설에 근거하여 인류의 삶을 조작하는 방법이다. 신흥종교인 현대의학의 이데올로기에 세뇌당한 대중은 무기력하게 건강에 관한 모든 권한을 주류의사들에게 위탁해버렸다. 출생에서부터 사망에 이르기까지 모든 생애를... 생명에 대한 애정이 전혀 없고 오히려 질병을 만들어 내는, 무지와 탐욕에 젖은 주류의사들에게!

3. 보고 싶은 것만 보다.

미국의 이솝이라고 불리는 비평작가 앰브로즈 비어스는 1905년 '악마의 사전'이라는 책에서 주류의사들의 실체를 이렇게 묘사한다.

어느 부유한 환자가 죽어 장례식에 참석한 의사에게 개가 다가와 물었다.

"언제쯤 다시 파내실 건가요? 저는 뼈를 묻을 때 나중에 다시 파내 뜯어 먹을 생각을 하고 묻거든요."

그러자 의사는 이렇게 대답했다.

"내가 묻은 뼈는 더 이상 뜯어 먹을 게 없는 뼈들이지."

이런 모습은 이전부터 계속되어온 현상이다. 피렌체의 의사인 안토니오 두라치니가 1622년에 정부에 보고한 내용에 의하면 "의사들에게 전 재산을 다 바치면서 치료를 받는 사람들이 치료를 전혀 받지 못하는 가난한 사람들에 비해 사망자수가 더 많다."고 한다⑥. 위에서 언급했던 앰브로즈 비어스는 "진단이란 의사가 한 손으론 환자의 맥을 짚고, 한손으론 환자의 지갑을 털어내는 과정"이라고 힐난한다. 그럼에도 불구하고 환자가 요행으로 회복될 경우 그들은 의사 덕분에 회복이 되었다고 믿을 것이다. 이런 현상은 오늘 날에는 더 심각하게 발생한다. 대중이 의사들의 세계를 전문가집단으로 만들어 주었기 때문에 그들은 장막 뒤에서 진단에 부담을 느끼지 않는다. 오로지 기계에 의해 나타나는 수치로만 진단을 내리고 설령 그 진단이 잘못되었어도 그 진단은 환자와 함께 땅 속에 묻히기 때문이다.

그럼에도 이런 잘못된 의학이 오래도록 인류를 기만할 수 있었던 까닭은 현대의학에 대한 굳어진 신념이 하나의 종교로 자리 잡고 있기 때문에 부작용이나 잘못에 대한 지적을 주류의사들은 결코 받아들이지 않는다. 전문가집단이라는 두텁고 높은 벽이 그들로 하여금 '보고 싶은 것만 보고, 듣고 싶은 것만 들게 하기' 때문이다. 이런 사고로 현대의학은 말기증상을 보이며 왜곡된 유물론을 바탕으로 제약회사라는 대군주의 노예로 전락한 채 약이라는 칼에 미쳐 인류를 지배하려고 한다. 그들은 수만 년의 임상실험을 통해 안전성과 효능이 입증된 천연의 음식과 약초, 침술, 뜸에 관한 인류의 지혜를 거부하고, 무지와 탐욕을 청교도식의 집단사고로 덮으려 하고 있다.

19세기 비엔나의 이그나스 세멜바이스는 여성들이 집에서 출산하는 경우보다 병원에서 출산하는 경우에 산욕열에 감염되어 출산 중에 사망하는 비율이 3배 이상 높다는 사실을 알고 이 원인을 조사했다. 결국 그는 시체를 부검한 의사들이 곧바로 출산실로 가서 출산일을 하기 때문에 시체로부터 옮겨지는 세균에 의해 사망률이 높다는 사실을 알아냈다. 그러나 그는 곧 해고됐다. 그 이유는 "의사들이 환자의 죽음을 초래했다."는 천기를 누설했기 때문이다. 세멜바이스는 계속된 연구를 통해 열정적으로 의사들이 부검실에서 나와 출산실로 들어갈 때는 반드시 손을 소독할 것을 주장했지만 보고 싶은 것만 보고, 듣고 싶은 것만 들으려는 동료의사들의 멸시와 음모 속에 그는 정신병원에 수감된 채 47세의 나이로 눈을 감는다.

---

⑥ 기독교의 오랜 경전인 마가복음 5장 25~26절에도 "열두 해를 혈루증(만성 자궁출혈증)으로 앓아온 한 여인이 있어 많은 의사에게 많은 괴로움을 받았고 가진 것도 다 허비하였으되 아무 효험이 없고 도리어 더 중하여졌던 차에"라고 기록되어 있다. 의사들의 무지와 탐욕은 인류가 역사를 엮어 오면서도 아무런 변화가 없는 듯하다. 세익스피어도 '아테네의 시몬'에서 "의사들을 믿지 마라. 그들은 독약을 주면서 돈을 갈취한다."고 강조한다. 또한 엘리자베스1세 여왕도 죽어가면서까지 의사들의 치료를 거부했다고 한다.

미국의 칼럼니스트인 제프 슈미트의 말대로 “전문가란 단지 진실을 추구하기 보다는 이데올로기를 만들어내는 사람”일 뿐이다. 이제는 더 이상 탐욕에 눈이 먼 전문가들이 만들어낸 이데올로기에 속지 말고 우리 스스로 현명한 판단으로 건강과 재산을 지켜가야 할 것이다. 조작된 이데올로기에서 눈을 뜨면 정치에서도, 경제에서도, 문화에서도 있는 그대로의 진실에 눈이 뜨일 것이다. 그러면 독소 제거의 방법으로 비타민, 철분 등의 보충제를 복용하는 것이 아니라 단순히 약과 가공식품을 중단하고 천연의 음식을 먹는 것이 가장 현명하다는 사실도 알게 될 것이다. 이제 세계는 우리 소박한 대중이 이끌어가야 한다. 평화와 행복의 길로!

---

1) 독소, 죽음을 부르는 만찬. p6~13, 윌리엄 레이몸 지음, 이희정 옮김, 랜덤하우스 발행.
2) 좋은 균 나쁜 균, p227, 제시카 스나이더 색스 지음, 김정은 옮김, 글항아리 발행.
3) The NIH Human Microbiome Project
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2792171/
4) 음식혁명. p176, 존 로빈스 지음, 안의정 옮김, 시공사 발행.
블루골드. p225, 모드 발로 외 지음, 이창신 옮김, 개마고원 발행.
Don't Eat the Spinach — Controlling Foodborne Infectious Disease
http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMp068225
중앙일보, 2012년 8월 19일, 문예성 기자, “일본 대장균에 감염된 절인 배추 먹고 6명 사망, 100명 발병”
5) 감염.p36, 제럴드 N.캘러헌 지음, 강병철 옮김, 세종서적 발행.
아주 중요한 거짓말. p392,398. 실리아 파버 지음, 박지훈 옮김, 씨앗을 뿌리는 사람 2010년 발행.
우리 몸은 석기시대. p65,
6) 나는 현대의학을 믿지 않는다.p89~92. 로버트 멘델존 지음, 남점순 옮김, 문예출판사 2010년 발행.
위험한 의학, 현명한 치료,p61~62, 김진목 지음, 전나무숲 발행.
위대한, 그러나 위험한 진단, p184, 리사 샌더스 지음, 장성준 옮김, 랜덤하우스 발행.
7) 질병예찬. p102~103, 베르트 에가르트너 지음, 홍이정 옮김, 성균관대학교 출판부, 2011년 발행.
불량의학, p101~108, 크리스토퍼 완제크 지음, 박은영 옮김, 열대림 발행.
8) 전북중앙신문, 2009년 3월 25일, 박효익 기자, “감기 등에 항생제 처방비율 여전히 높아”
좋은 균 나쁜 균, p237,
9) 좋은 균 나쁜 균, p83~92,
10) 우리 시대의 몸, 삶, 죽음. p39~40, 김진국 지음, 한티재 발행.
11) Nasal Carriage of Staphylococcus aureus and Methicillin-Resistant S aureus in the United States
http://www.annfammed.org/content/4/2/132.full
12) 감염.p128~133,
아파야 산다. p150~151, 샤론 모알렘 지음, 김소영 옮김, 김영사 발행.
환경의 역습. p285, 박정훈 지음, 김영사 발행.
13) Environmental impact of pesticides
http://en.wikipedia.org/wiki/Environmental_impact_of_pesticides
Herbicides - Environmental Effects Of Herbicide Use
http://science.jrank.org/pages/3305/Herbicides-Environmental-effects-herbicide-use.html
14) 아파야 산다. p156,
좋은 균 나쁜 균, p21~26, 355~357,
15) 좋은 균 나쁜 균, p279~285,
16) 환경의 역습. p149,
17) 질병예찬. p105~106,
Antibiotic Exposure by 6 Months and Asthma and Allergy at 6 Years: Findings in a Cohort of 1,401 US Children
http://aje.oxfordjournals.org/content/early/2010/12/28/aje.kwq400.full

18) BEYOND ANTIBIOTICS, by Lawrence Wilson, MD
http://www.drlwilson.com/Articles/antibiotics.htm
19) 질병예찬.p280~282,
20) 질병예찬,p27,63,
나는 현대의학을 믿지 않는다.p29.
21) BEYOND ANTIBIOTICS, by Lawrence Wilson, MD
http://www.drlwilson.com/Articles/antibiotics.htm
질병예찬. p64,
셀링사이언스, p17~20, 도로시 넬킨 지음, 김명진 옮김, 궁리 발행
22) 경향신문, 2012년 3월 15일, p7(광고), "암세포 열 받으면 죽는다!"
The Telegraph, March 27, 2012, "How heat helps in cancer treatment"
http://blogs.telegraph.co.uk/news/judithpotts/100054974/how-heat-helps-in-cancer-treatment/
23) 질병예찬. p34~35,
24) 중앙일보, 황운하 기자, 2011년 10월 17일, "뚱뚱한 엄마는 저체중아 낳아...그 아니는 천식. 아토피로 고통"
25) 감염.p42~47,
Healthy horrors: the benefits of parasites, by brown on 23 August 2011.
http://www.scienceinschool.org/2011/issue20/horrors
26) 연합뉴스 보도자료, 2011년 8월 31일, "타이레놀 말처럼 안전한가"
Side Effects of Tylenol - for the Consumer
http://www.drugs.com/sfx/tylenol-side-effects.html
27) 몸을 살리는 의학, 몸을 죽이는 의학.p90~91.
28) 질병 예찬.p29.103,
감염.p126,
29) 미국 의학계가 감춘 진실. p25,
30) 제약회사는 어떻게 거대한 공룡이 되었는가. p380~381, 재키로 지음, 김홍옥 옮김, 궁리 발행.
내 몸 사용 설명서. p147, 마이클 로이젠 외 지음, 유태우 옮김, 김영사 발행.
31) 먹고 마시고 숨쉬는 것들의 반란. p260~261, 샌드라 스타인그래버 지음, 이지윤 옮김, 아카이브 발행.
화학으로 이루어진 세상. p315, 메데페셸 헤르만 외 지음, 권세훈 옮김, 에코리브르 발행.
32) 슬로우데스. p266~270, 릭 스미스 외 지음, 임지원 옮김, 동아일보사 발행.
33) 좋은 균 나쁜 균. p214~224,
34) New York Times, January 4, 2012, "Citing Drug Resistance, U.S. Restricts More Antibiotics for Livestock"
http://www.nytimes.com/2012/01/05/health/policy/fda-restricts-use-of-antibiotics-in-livestock.html
New York Times, April 4, 2012, "Arsenic in Our Chicken?"
http://www.nytimes.com/2012/04/05/opinion/kristof-arsenic-in-our-chicken.html?_r=1
헬스코리아뉴스, 2008년 1월4일, "바이엘 '시프로'등 문제로 FDA 혼쭐"
http://www.hkn24.com/news/articleView.html?idxno=7586
35) 동물을 먹는다는 것에 대하여. p142, 조너선 사프란 포어 지음, 송은주 옮김, 민음사 발행.
Essay/Term paper: Vegetarianism
https://www.dreamessays.com/customessays/Philosophy/10695.htm
농협중앙회, bST 투여시 사양관리
http://rd.dcic.co.kr/data/dairy/sayang/sayang_19.thtml
36) 건강, 음식, 질병에 관한 오해와 진실. p68~69,
37) TIME Magazine, Feb 20, 2005, by Claudia Wallis, "The Right(and Wrong) Way to Treat Pain"
100년 동안의 거짓말. p312.
헬스조선, 2010년 4월 30일, "'카레, 항암효과 탁월' 전 세계 의사들 극찬"
BBC News, Oct 28th, 2009, "Curcumin Kills Cancer Cells"
http://www.truthistreason.net/curcumin-kills-cancer-cells
The Truth Behind Curcumin Powder and Health
http://ezinearticles.com/?The-Truth-Behind-Curcumin-Powder-and-Health&id=2052863
38) 슈퍼마켓이 우리를 죽인다. p106~113, 낸시 드빌 지음, 이강훈 옮김, 기린원 발행.
Soy Protein Health Claim
http://www.soya.be/soy-protein-health-claim.php
39) BMJ, 2006;332doi: 10.1136/bmj.38755.366331.2F(Published 30 March 2006)
http://www.bmj.com/content/332/7544/752

40) 이브의 몸. p206, 메리앤 J. 리가토 지음, 임지원 옮김, 사이언스북스 발행.
면역혁명. p113,237, 아보 도오루 지음, 이정환 옮김, 부광 발행.
내 몸 희망보고서. p118, 아보 도오루 외 지음, 이윤정 옮김, 부광 발행.
41) 식품진단서. p32~33, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
42) Bad Science. p137~138,
43) 슈퍼토마토와 백신바나나. p34~36, 마르쿠스 브라이언 지음, 김일형 옮김, 열음사 발행.
44) 건강의 적들. p228~230, 안네테 자베르스키 지음, 신혜원 옮김, 열대림 발행.
식품진단서. p124~128, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
45) 아파야 산다. p22,39,
46) 음식혁명, p존 로빈스 지음, 안의정 옮김, 시공사 발행.
Comparison of Percutaneous Coronary Intervention with Medication in the Treatment of Coronary Artery Disease in Hemodialysis Patients
http://jasn.asnjournals.org/content/17/8/2322.full
A comparison of angioplasty with medical therapy in the treatment of single-vessel coronary artery disease. Veterans Affairs ACME Investigators.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1345754
47) 현대의학의 역사. p399~439, 제임스 르 파누 지음, 조윤정 옮김, 아침이슬 발행.
48) 빈곤한 만찬. p179~180, 피에르 베일 지음, 양영란 옮김, 궁리 발행.
49) 술은 약이다. p360~361,
식품정치. p485~490,
Dangers of Benecol
http://www.ehow.com/list_7368367_dangers-benecol.html
50) 건강, 음식, 질병에 관한 오해와 진실.p153~156.
음식혁명, p44~45,
Prevent and Reverse Heart Disease Caldwell B. Esselstyn, Jr., M.D.
http://www.heartattackproof.com/
51) 음식혁명. p42~44,
이브의 몸. p195,
JAMA, Intensive Lifestyle Changes for Reversal of Coronary Heart Disease
http://jama.ama-assn.org/content/280/23/2001.short
Review: Eat More, Weigh Less,
http://www.webmd.com/diet/ornish-diet-what-it-is?page=1,2,3
52) 천연건강식품/합성건강식품, 어떻게 구별하나? p116, 남부 데루유끼 지음, 최혜선 옮김, MOONJIN 발행.
53) 건강의 적들, p279,287.
의사들이 해주지 않는 이야기, p153.
The Truth About Vitamins in Nutritional Supplements
http://www.doctorsresearch.com/articles4.html
54) 화학으로 이루어진 세상. p188, K. 메데페셀헤르만 지음, 권세훈 옮김, 에코리브르 발행.
불량의학, p82~92,
by Joel D Wallach, B.S, D.V.M., N.D., “Vitamins and Minerals Influence the Health and Vibrancy of Nearly Every Organ in the Body!”
http://www.preventativeconcept.com/library/nutrition/minerals_influence.shtml
55) 코엔자임Q10의 부작용이 심각하다고? - 잘못된 의학상식
http://blog.naver.com/healthmakery/130117456607
약업신문, 2005년 8월 23일, 최선례 기자, “일 CoQ10 식품건강 영양평가 실시”
56) 닥터 골렘. p127~161, 해리 콜린스 외 지음, 이정호 외 옮김, 사이언스북스 발행.
슈퍼토머토와 백신바나나. p마르크스 브라이언 지음, 김일형 옮김, 열음사 발행.
57) 슈퍼토마토와 백신바나나. p77~78,
내추럴리 데인저러스. p69~70, 제임스 콜만 지음, 윤영삼 옮김, 다산초당 발행.
58) The Battlefront for Better Nutrition Reprint No. 30-E Lee Foundation for Nutritional Research.
http://www.soilandhealth.org/02/0203CAT/royal.lee.lets.live.articles.htm
Natural Whole Food Vitamins: Ascorbic Acid Is Not Vitamin C
http://www.thedoctorwithin.com/vitaminC/Ascorbic-Acid-Is-Not-Vitamin-C/
59) 생각의 함정.p53. 자카리 쇼어 지음, 임옥희 옮김, 에코의 서재 2009년 발행.
마이클 폴란의 행복한 밥상. p35,
옥수수의 습격. p152, 유진규 지음, 황금물고기 발행.

60) 건강, 음식, 질병에 관한 오해와 진실, p329~330,
61) Vitamins E and C in the Prevention of Prostate and Total Cancer in MenThe Physicians' Health Study II Randomized Controlled Trial
http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?volume=301&issue=1&page=52
62) 식품진단서. p268~276, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
63) 건강의 적. p279~284,
The effect of vitamin E and beta carotene on the incidence of lung cancer and other cancers in male smokers.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8127329
Oxford Journals of Medicine, Volume88, Issue21
http://jnci.oxfordjournals.org/content/88/21/1560.short
Effects of a combination of beta carotene and vitamin A on lung cancer and cardiovascular disease.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8602180
64) 식품진단서. p133~137,
Harvard Study Links Tomato-Rich Foods and Carrots to Reduced Risk of Lung Cancer
http://www.riskworld.com/pressrel/2000/00q4/PR00a011.htm
Beta Carotene
http://encognitive.com/node/2466
65) 100년 동안의 거짓말.p218~219,169, 랜덜 피츠제럴드 지음, 신현승 옮김, 시공사 발행.
식품정치. p448,463,
66) 배드 사이언스(Bad Science). p140~146,
67) 음식 그 두려움의 역사. p190, 하비 라벤스테인 지음, 김지향 옮김, 지식트리 발행.
Dietary Guidelines for Americans: A Historical Overview September 2008
http://www.nal.usda.gov/fnic/pubs/bibs/gen/DGA.pdf
68) 과다복용하면 오히려 몸에 좋지 않은 것들, 조경진 MK 헬스 기자.
http://www.dkasda.com/?document_srl=7879
건강 백세 시대 내 몸 관리.p335,
헬스메디, 2011년 10월 11일, "비타민에 관한 불편한 진실"
Synthetic VS. Whole Food Vitamins
http://www.squidoo.com/vitaminwisdom
69) 우리 몸은 석기시대. p142~144,
"Does Vitamin C Prevent Colds?" From Mark Stibich, Ph.D.
http://longevity.about.com/od/antiagingsupplements/f/vitamin-c-colds.htm
Cochrane Summaries "Vitamin C for preventing and treating the common cold"
http://summaries.cochrane.org/CD000980/vitamin-c-for-preventing-and-treating-the-common-cold
70) 100년 동안의 거짓말.p44
독소. p282.
불량의학. p64.
71) The New York Times, March 12, 1981, "STUDY LINKS COFFEE USE TO PANCREAS CANCER"
http://www.nytimes.com/1981/03/12/us/study-links-coffee-use-to-pancreas-cancer.html?pagewanted=all
Does Drinking Coffee Increase Pancreatic Cancer Risk?
http://www.second-opinions.co.uk/coffee-cancer.html
72) 건강의 적들. 184,
Coffee Consumtion May Reduce Risk for Type 2 Diabetes, October 25, 2006
http://cafe.daum.net/snu14/jJ4/1921?docid=sEOz|jJ4|1921|20061027050110&q=benefit%20for%20alcohol%20diabetes
Decaf Coffee May Raise Heart Risks
http://www.webmd.com/heart-disease/news/20051116/decaf-coffee-may-raise-heart-risks
Coffee Consumption and Coronary Heart Disease in Men and Women Show alternative translations
http://circ.ahajournals.org/content/113/17/2045.full
73) 밥상의 유혹. p183~188, 이승남 지음, 경향미디어 발행.
Coffee's Liver Benefits
http://ezinearticles.com/?Coffees-Liver-Benefits&id=237147
74) 내추럴리 데인저러스, p200~201, 제임스 콜만 지음, 윤영삼 옮김, 다산초당 발행.
Selenium Supplements: Diabetes Risk?
http://diabetes.webmd.com/news/20070709/selenium-supplements-diabetes-risk

News From Annals Of Internal Medicine: May 17, 2011
http://www.medicalnewstoday.com/releases/225518.php
75) 맛있는 햄버거의 무서운 이야기. p134~135, 에릭 슐로서 외 지음, 노순옥 옮김, 모멘토 발행.
인간은 왜 병에 걸리는가. p214, R. 네스 외 지음, 최재천 옮김, 사이언스북스 발행.
76) 당신의 의사도 모르는 11가지 약의 비밀. p242, 마이클 머레이 지음, 이영래 옮김, 다산초당 발행.
77) 좋은 균 나쁜 균. p69, 74,
78) 식품진단서. p163~164, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
79) 우리 집 주치의 자연과학. p553, 이경원 지음, 동아일보사 발행.
몸을 살리는 의학, 몸을 죽이는 의학. p240~243, 윤승일 지음, 북라인 발행.
PRNewswire, July 27, 2011, "Magnesium Deficiency Linked to Higher Risk of Osteoporosis, Says Doctor"
http://www.nutritionalmagnesium.org
80) 슬로우 데스. p48,
대기오염, 그 죽음의 그림자. p261, 데브라 데이비스 지음, 김승욱 옮김, 에코리브르 발행.
The New York Times, November 11, 2003, "In Baby Teeth, a Test of Fallout; A Long-Shot Search for Nuclear Peril in Molars and Cuspids"
81) Journal of Clinical Periodontology 2002; 29(2):129-136. "Smoking Does Not Increase Risk Of Receding Gums"
http://www.data-yard.net/10o/gums.htm
82) 화장품회사가 당신에게 알려주지 않는 진실. p123~127, 스테이시 맬컨 지음, 유정현 옮김, 예지 발행.
83) CLEAN. p78,81,
식품진단서. p260~267, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
84) 먹고 마시고 숨 쉬는 것들의 반란. p292,
불량의학. p71~79, 크리스토퍼 완제크 지음, 박은영 옮김, 열대림 발행.
85) 수돗물불소화사업의건강영향에 대한 의과학적 검토-대한의사협회 용역보고서 1999년 9월.
http://cafe.daum.net/nofluoride/3F5Z/415?docid=4Cus|3F5Z|415|20020201162252&q=%BC%F6%B5%BE%B9%B0%BA%D2%BC%D2%C8%AD%BB%E7%BE%F7%C0%C7%20%B0%C7%B0%AD%20%BF%B5%C7%E2%BF%A1%20%B4%EB%C7%D1%20%C0%C7%C7%D0%C0%FB%20%B0%CB%C5%E4
86) 녹색평론. 1998년 9-10월 제42호
http://cafe.daum.net/nofluoride/6zIX/24?docid=4Cus|6zIX|24|20020110120615&q=%BA%D2%BC%D2%C0%C7+%C0%A7%C7%E8
87) 식품진단서. p260~267, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
100년 동안의 거짓말. p86~87, 159~164, 랜덜 피츠제럴드 지음, 신현승 옮김, 시공사 발행.
Time, Oct. 17, 2005, "Health: Not in My Water Supply"
http://www.time.com/time/magazine/article/0,9171,1118379,00.html
88) 중금속 오염의 진실. p43~44, 오모리 다카시 지음, 서승철 옮김, 에코리브르 발행.
환경의 역습. p211~230, 박정훈 지음, 김영사 발행.
의사들이 해주지 않는 이야기. p345~346, 린 맥타가크 지음, 진선미 옮김, 허원미디어 발행.
89) 환경호르몬의 반격. p139~142,
환경의 역습, p208~230,
의사들이 해주지 않는 이야기. p321~326,331~332.
슬로우 데스. p220,
A Bill Has Been Passed To Ban Mercury Amalgam Fillings in California
http://www.wicfs-me.org/mercury_ban.htm
90) Bad Science. p374,
슈퍼마켓이 우리를 죽인다. p89~90,
91) 제약회사는 어떻게 거대한 공룡이 되었는가. p328~329,
92) 환경호르몬의 반격.p443.
환경의 역습, p208~249, 박정훈 지음, 김영사 2010년 발행.
Will We Ever Know the Truth About Amalgam?
http://dentistry.about.com/b/2010/01/06/will-we-ever-know-the-truth-about-amaglam.htm
THE REAL SCIENTIFIC TRUTH OF AMALGAM,
http://www.laleva.cc/choice/mercury_cronicdis.html
93) 좋은 균 나쁜 균. p340,
94) 항암제로 살해당하다. p154~156,172,
CLEAN. p104~106,

Amalgam / Mercury Dental Filling Toxicity,
http://www.holisticmed.com/dental/amalgam/
TOXIC TEETH?
http://www.arthritiscured.com/mercury.php
95) Consequences of Early Experiences and Exposure to Oxytocin and Vasopressin Are Sexually Dimorphic
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2820581/
Marital Behavior, Oxytocin, Vasopressin, and Wound Healing
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2888874/
96) 내몸 사용설명서. p232,
One Orgasm A Day Keeps The Doctor Away!
http://www.femaleorgasmrevealed.com/femaleorgasm/one-orgasm-a-day-keeps-the-doctor-away/
97) 죄의 역사. p166~169, 존 포트만 지음, 서순승 옮김, 리더스북 발행.
내몸 사용설명서. p224, 마이클 로이젠 외 지음, 유태우 옮김, 김영사 발행.
98) 내 몸 사용설명서. p318,
SEX and Prostate Health
http://www.prostate-massage-and-health.com/Sex.html
They said that good sex is very good for you
http://www.selfhelpmagazine.com/article/good-sex
99) 이브의 몸, p346~350,
100) BK1News.com, 2011년 2월 24일, “비아그라, 부작용으로 인한 시력장애 가능”
http://bk1news.com/bbs/board.php?bo_table=01_1&wr_id=4549
101) 상품의 화학. p166,
Viagra Side Effects
http://www.drugs.com/sfx/viagra-side-effects.html
102) Lancet, 19 April, 2007, "HRT increases incidence and deaths from ovarian cancer"
메디컬투데이, 2009년 9월 23일, 민승기 기자, “폐경 여성 ‘호르몬대체요법’ 폐암 유발”
103) DHEA Supplement Benefits, Side Effect and Information
http://www.nutrasanus.com/dhea.html
104) 당신의 의사도 모르는 11가지 약의 비밀.p136~137.
건강 백세 시대 내 몸 관리. p174~176,
The Korea Herald, 2010년 11월 1일, “[Bobbie Mullins] Hormone replacement therapy”
105) 내 몸 사용설명서. p318,
106) Condom Allergy Symptoms
http://www.condom-guru.com/condom-allergy-symptoms.html
일반상식 - 콘돔이 성병을 전염한다?
http://k.daum.net/qna/view.html?category_id=QFA&qid=00wfA&q=%EC%BD%98%EB%8F%94%20%EC%9C%A4%ED%99%9C%EC%A0%9C%20%EC%84%B1%EB%B6%84&srchid=NKS00wfA
107) 도둑 맞은 미래. p211~218, 테오 콜본 외 지음, 권복규 옮김, 사이언스북스 발행.
환경호르몬과 다이옥신. p165~166, 191~192, 정해상 역편, 겸지사 발행.
대기오염 그 죽음의 그림자. p305~347,
108) Modifiable and non-modifiable risk factors for poor semen quality: a case-referent study
http://humrep.oxfordjournals.org/content/early/2012/06/12/humrep.des183.abstract?sid=2471d8f6-746b-443a-836d-d691674fa511
109) I don't. p137~139, 수잔 스콰이어 지음, 박수연 옮김, 뿌리와 이파리 발행.
110) 왜 사람은 바람을 피우고 싶어할까. p78,83,
나의 이슬람, p98~102, 율리아 슈리아쿠수마 지음, 구정은 옮김, 푸른숲 발행.
111) 의학상식 대반전. p140,
112) 환경과 경제의 작은 역사. p116.
알자지라, 다큐 프로그램, 2010년 3월 18일, “미 합참, 한국전쟁 중 ‘세균전 현장 실험’ 명령”
113) 몬산토. p73.
거짓 나침반. p233.
114) 먹고 마시고 숨 쉬는 것들의 반란. p104,
115) Peter Downs "Cover up : story of dioxin seems intentionally murky.「St. Louis Journalism Review」. 1998.6.1.
116) Lennart Hardell, Martin J. Walker... "Secret ties to industry and conflicting interests in cancer

research." 「American Journal of Industrial Medicine」 2006년 11월 3일.
Medical research and big business: The case of Sir Richard Doll
http://www.wsws.org/articles/2007/jan2007/doll-j09.shtml
117) 대한매일신문, 2010년 10월 15일, 정광윤 논설위원, “대미 고엽제소송 원천봉쇄하려는 미국은 합당한 배상 강구하라”.
세계일보, 2010년 8월 19일, 정승길 사무관 기고, “10년 끈 고엽제 소송, 미법원 조속한 판결을”
118) 더러운 손의 의사들. p제롬 캐시러 지음, 최보문 옮김, 양문출판사 발행.
119) 대기오염 그 죽음의 그림자. p91~107,
슬로우 데스, p34, 39~40, 릭 스미스 외 지음, 임지원 옮김, 동아일보사 발행.
120) 의학의 진실. p351,353. 데이비드 우튼 지음, 윤미경 옮김, 마티 2007년 5월 발행.
현대의학의 역사. p436.
the Causes of Cancer: Quantitative Estimates of Avoidable Risks of Cancer in the United States Today
http://tobaccodocuments.org/pm/2025030544-0660.html
121) 먹고 마시고 숨 쉬는 것들의 반란. p45, 48, 179,
122) 대기오염 그 죽음의 그림자. p117~141,
Mary O. Amdur, Ph.D.
http://www.inhalation.net/Publications/amdur.htm
123) 현대의학의 역사.p78,
의혹을 팝니다. p46, 53,
제약회사는 어떻게 거대한 공룡이 되었는가.p349, 재키로 지음, 김홍옥 옮김, 궁리 2008년 발행.
A comparative guide to science denial
http://rationalwiki.org/wiki/A_comparative_guide_to_science_denial
Experimental Production of Carcinoma with Cigarette Tar*
http://cancerres.aacrjournals.org/content/13/12/855.abstract
124) 배드 사이언스. p296, 벤 골드에이커 지음, 강미경 옮김, 공존 발행.
The Nazi War on Smoking
http://www.lcolby.com/nazi.html
125) 히틀러가 바꾼 세계. p33, 매튜 휴즈 외 지음, 박수민 옮김, 플래닛 미디어 발행.
126) 현대의학의 역사.p79
파시즘. p240,305, 로버티 O. 팩스턴 지음, 손명희 외 옮김, 교양인 발행.
악마의 눈물, 석유의 역사. p399~402, 귄터 바루디오 지음, 최은아 외 옮김, 뿌리와이파리 발행.
Anti-tobacco movement in Nazi Germany
http://ko.wikipedia.org/wiki/%EB%82%98%EC%B9%98_%EB%8F%85%EC%9D%BC%EC%9D%98_%EB%8B%B4%EB%B0%B0_%EB%B0%98%EB%8C%80_%EC%9A%B4%EB%8F%99
127) 현대의학의 역사.p81.
대기오염 그 죽음의 그림자, p101.
의학의 진실. p351, 데이비드 우튼 지음, 윤미경 옮김, 마티 2007년 5월 발행.
128) 의학의 진실, p353. 현대의학의 역사, p83.
129) 대기오염, 그 죽음의 그림자.p240,
암을 이겨내는 지혜와 암 정복 성공 비결 10가지. p106, 최옥병 지음, 건강신문사 2003년 발행.
현대의학의 역사. p84
Sir Richard Doll (1912-2005)
http://www.sciencemuseum.org.uk/broughttolife/people/richarddoll.aspx
130) 먹고 마시고 숨 쉬는 것들의 반란. p386~388, 샌드라 스타인그래버 지음, 이지윤 옮김, 아카이브 발행.
배드 사이언스. p139, 296,
131) 의학의 진실. p351.
132) 여성신문. 2006년 6월 7일, 오종남 전 통계청장 “이혼율 세계 최고, 통계의 허구”
http://blog.naver.com/river0113/50005037894
통계가 전하는 거짓말. p66~69, 정남구 지음, 시대의 창 2010년 9월 발행.
http://en.wikipedia.org/wiki/Anti-tobacco_movement_in_Nazi_Germany
133) 대기오염, 그 죽음의 그림자.p156~157.
거짓 나침반.p327.
134) 대기오염, 그 죽음의 그림자. p251, 336~337.
먹고 마시고 숨 쉬는 것들의 반란. p214~215,

과학전쟁. p99~114, 크리스 무니 지음, 심재관 옮김, 한얼미디어 발행.
The American Council on Science and Health
http://www.smokershistory.com/ACSH.htm
Paging Dr. Ross
http://motherjones.com/politics/2005/11/paging-dr-ross
135) 거짓 나침반.p322~327, 353~354.
ACSH Dispatches Round-Up: Spring Brings Thoughts Unscientific
http://www.acsh.org/factsfears/newsID.1160/news_detail.asp
FACTSHEET: THE ADVANCEMENT OF SOUND SCIENCE COALITION, TASSC
http://www.exxonsecrets.org/html/orgfactsheet.php?id=6
136) 방사선조사 식품 (IRRADIATED FOODS)
http://mediamob.co.kr/HeadLineView.aspx?ID=3343
청부과학.p25, 데이비드 마이클스 지음, 이홍상 옮김, 이마고 2009년 1월 발행.
137) 식품정치. p199,
거짓 나침반. p322~327, 345,
American Council on Science and Health
http://www.sourcewatch.org/index.php?title=American_Council_on_Science_and_Health#Supporters
138) 이브의 몸. p364,375~376,
먹고 마시고 숨쉬는 것들의 반란. p263~267,439,
Study examines lung cancer among lifelong nonsmokers
http://esciencenews.com/articles/2008/09/09/study.examines.lung.cancer.among.lifelong.nonsmokers
139) Perspectives in Disease Prevention and Health Promotion Workplace Smoking Survey -- New York City
http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/00000831.htm
140) 거짓 나침반.p333~335
대기오염 그 죽음의 그림자. p21,
과학전쟁. p100~101,
BULLITT COUNTY BOARD OF HEALTH REGULATION NO. 10-01
http://bullittcountyhealthdept.com/Bullitt%20County%20Smoke%20Free%20Ordinance.pdf
141) 감기에서 백혈병까지의 비밀.p541.
백신 그리고 우리가 모르는 이야기. p65~66, 팀 오시 지음, 오경석 옮김, 여문각 2009년 발행.
나는 고백한다. 현대의학을. p274, 아툴 가완디 지음, 김미화 옮김, 동녘 사이언스 2010년 발행.
Vaccination Myths
http://www.relfe.com/vaccine.html
142) 청부과학.p154,
143) 기생충, 우리들의 오래된 동반자. p162, 정준호 지음, 후마니타스 발행.
144) ACSH Dispatches Round-Up: Spring Brings Thoughts Unscientific
http://www.acsh.org/factsfears/newsID.1160/news_detail.asp
145) 청부과학.p150~152.
현대의학의 위기, p336.
146) Safeguards At Risk: John Graham and Corporate America's Back Door to the Bush White House
http://www.citizen.org/documents/grahamrpt.pdf
147) INTERNATIONAL PROGRAMME ON CHEMICAL SAFETY
http://www.inchem.org/documents/ehc/ehc/ehc008.htm
Lung Cancer Death Rates among Non-Smokers and Pipe and Cigarette Smokers
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1981086/?page=7
148) 대기오염, 그 죽음의 그림자.p175~185,188~196, 203~206,246~247, 255~256, 324, 408,429.
의학의 진실. p353.
149) 의혹을 팝니다. p39~45,
부정한 동맹. p249~250,
RJR's Suppot of Biomedical Research International Advisory Board November, 1979
http://tobaccodocuments.org/ness/29154.html?zoom=750&images_per_page=8&ocr_position=above_foramatted&start_page=1&end_page=8
150) "PASSIVE SMOKING DOESN'T CAUSE CANCER - OFFICIAL"
http://www.forces.org/evidence/files/pas-smok.htm

Press Releases WHO/29, 9 March, 1998
http://www.who.int/inf-pr-1998/en/pr98-29.html
151) The making of ETS: Lying about passive smoking, by Henry R. Sturman
http://henrysturman.com/english/articles/passivesmoking.html
152) 제약회사는 어떻게 거대한 공룡이 되었는가.p351.
100년 동안의 거짓말.p46
중앙일보 2003년 11월 7일, 서울-연합뉴스, "포름알데히드 노출, 백혈병-폐암 위험"
153) Environmental Protection Agency Says People in Large Cities Face the Highest Risk
http://www.webmd.com/cancer/news/20090625/epa-pollution-cancer-risk-is-falling?src=RSS_PUBLIC
154) 거짓말, 새빨간 거짓말, 그리고 과학. p셰리 시세일러 지음, 이충호 옮김, 부키 발행.
155) Avoidable Occupational and Environmental Cause of Cancer
www.pitt.edu/~super7/32011-33001/32741.ppt
156) Second Hand Smoke, Daily News Op-Ed,
http://www.smokingaloud.com/lies.html
The Ten Biggest Lies about Smoke &Smoking, By Robert Hayes Halfpenny
http://www.smokersclubinc.com/modules.php?file=article&name=News&sid=518
The Daily Caller, January 22, 2011, "Don't believe the lies about secondhand smoke"
http://dailycaller.com/2011/01/22/dont-believe-the-lies-about-secondhand-smoke/
The EPA's ETS Lies,
http://www.smokershistory.com/etslies.htm
157) 경향신문 2011년 2월 16일. 10면. 구교형 기자.
http://cafe.daum.net/4.1.0.1.0.2.1/47NS/24?docid=1Hz6p|47NS|24|20110403114533&q=%B4%E3%B9%E8%BC%D2%BC%DB
158) 환경호르몬과 다이옥신. p231~234. 정해상 역편, 겸지사 발행.
159) 의학상식 오류사전. p226~227,
How can nicotine be good for me?
http://health.howstuffworks.com/wellness/drugs-alcohol/nicotine-health-benefits.htm
NICOTINE BENEFITS
http://www.forces.org/evidence/hamilton/other/nicotine.htm
Smoking Facts - Nicotine Is Good For Your Health!
http://ezinearticles.com/?Smoking-Facts---Nicotine-Is-Good-For-Your-Health!&id=328202
Smoking and the risk of breast cancer in BRCA1 and BRCA2 carriers: an update
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3033012/
Health Benefits of Smoking Tobacco
http://www.sott.net/articles/show/221013-Health-Benefits-of-Smoking-Tobacco
160) Obesity More Dangerous Than Smoking, By Shawn McKee
http://healthnews.ediets.com/health-topics/obesity-more-dangerous-than-smoking.html
161) Health benefits of smoking
http://en.wikipedia.org/wiki/Health_benefits_of_smoking
THERAPEUTIC EFFECTS OF SMOKING AND NICOTINE
http://www.forces.org/evidence/evid/therap.htm
Benefits of smoking
http://novascone.com/benefits-of-smoking.html
162) 술, 알고 마시면 건강이 보인다. p185~186,
163) Liver Disease, Hepatitis, and Liver Failure, by Doctor Mcdougall.
http://www.drmcdougall.com/med_liver.html
164) 술은 약이다. 29~33,
식품진단서. p34~35,
The Daily Focus, 2008년 1월 28일, "와인 많이 마시는 프랑스인 심장병 덜 결려"
http://www.fnn.co.kr/content.asp?aid=a721b620d4b847788e931c6075daba05&strParnt_id=40301000000
165) Alcohol and cancer: the evidence
http://info.cancerresearchuk.org/healthyliving/alcohol/howdoweknow/
Frequent nut consumption and risk of coronary heart disease in women: prospective cohort study
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC28714/
166) 화학의 변명1. p113, 화학의 변명2, p18~20, 존 엠슬리 지음, 허훈 옮김, 사이언스북스 발행.

네추럴 데인저러스. p58
BBC News, 23 February 2011, "Alcohol in moderation 'can help prevent heart disease'"
http://www.bbc.co.uk/news/health-12531837
Alcohol Consumption at Midlife and Successful Ageing in Women
http://www.plosmedicine.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pmed.1001090
Mortality associated with moderate intakes of wine, beer, or spirits
http://www.bmj.com/content/310/6988/1165.full
167) 술 알고 마시면 장수한다. p62~63,
168) The Truth about Taking Aspirin for your Heart
https://secure.eznettools.net/D305742/X367201/science/health-issues/aspirin-rebound.html
169) 술은 약이다. p164~169,
170) The role of nutritional therapy in alcoholic liver disease,
http://findarticles.com/p/articles/mi_m0CXH/is_4_29/ai_n21041740/
171) 건강신호등. p162,
172) 불량지식이 내 몸을 망친다. p179, 최낙언 지음, 지호 발행.
173) Acupuncture for the Management of Chronic Headache: A Systematic Review
http://www.anesthesia-analgesia.org/content/107/6/2038.abstract
174) Drug-Induced Liver Disease
http://www.medicinenet.com/drug_induced_liver_disease/article.htm
175) 술은 약이다. p108~116,126~134,
술, 알고 마시면 장수한다. p63~65,
영양제 119. p189,
Category: Drinking Alcohol and Diabetes,
http://www2.potsdam.edu/hansondj/categories/Diabetes.html
Blondell, R. et al. Ethanol in formularies of U.S. teaching hospitals. Journal of the American Medical Association 2002, 289, 552.
http://www2.potsdam.edu/hansondj/AlcoholAndHealth.html
Moderate Drinking Reduces Diabetes Risk
http://www2.potsdam.edu/hansondj/InTheNews/MedicalReports/Diabetes/1114475994.html
176) 술은 약이다. p129~130,
Alcohol
http://www2.potsdam.edu/hansondj/AlcoholAndHealth.html
177) Moderate alcohol intake may benefit kidney transplant patients
http://www.newkerala.com/news/world/fullnews-87607.html
178) All in Moderation When it Comes to Alcohol and Diabetes
http://diabetes.about.com/od/nutrition/a/Alcohol_and_Diabetes.htm
Living with type 2 diabetes
http://www.nhs.uk/Conditions/Diabetes-type2/Pages/Living-with.aspx
Many Health Benefits of Drinking Beer
http://www.diabetesreader.com/many-health-benefits-of-drinking-beer/
179) Living with type 2 diabetes
http://www.nhs.uk/Conditions/Diabetes-type2/Pages/Living-with.aspx
180) 술은 약이다. p148,
181) 술은 약이다. p40~76,101~104,
내 몸 사용설명서. p67,
데일리팜, 2010년 11월 15일, 이영이 기자, “완화한 알코올 섭취, 심장질환 남성에 유익”
International Business Times, 2011년 12월 27일, 김효미 기자, “와인vs맥주, 어느 것이 건강에 좋을까?”
http://www.uptodate.com/contents/patient-information-risks-and-benefits-of-alcohol
Alcohol Sharply Reduces Risk of Heart Disease in Men,
http://www.naturalnews.com/027938_alcohol_heart_disease.html
182) 술은 약이다. p102~103,107,
Drinking Alcohol can Help Prevent Stroke
http://www2.potsdam.edu/hansondj/InTheNews/MedicalReports/other/1040130126.html
“Long-term effects of alcohol” From Wikipedia, the free encyclopedia
http://en.wikipedia.org/wiki/Long-term_effects_of_alcohol
Linus Pauling Institute,

http://lpi.oregonstate.edu/infocenter/foods/alcohol/
Healthy Aging : Drinking and Stroke Risk,
http://www.muschealth.com/healthyaging/drinkstroke.htm
183) Alcohol
http://www2.potsdam.edu/hansondj/AlcoholAndHealth.html
184) 내추럴 데인저러스. p58,
ABC WORLD NEWS, Nov. 1, 2011, Alcohol May Boost Breast Cancer Risk ... Slightly,
http://abcnews.go.com/Health/WomensHealth/alcohol-boost-breast-cancer-risk-bit/story?id=14857946#.TwgvlKW4TKM
185) 술은 약이다. p373~374,
186) 식품진단서. p116~120, 조 슈워츠 지음, 김명남 옮김, 바다출판사 발행.
187) 내 아이의 뇌를 공격하는 나쁜 식품들. p331, 한스 울리히 크림 지음, 이수영 옮김, 시대의창 출판사 발행.
Drinking Alcohol And Benefits
http://www.medicalnewstoday.com/releases/3968.php
Long-term effects of alcohol
http://en.wikipedia.org/wiki/Long-term_effects_of_alcohol
188) 술, 알고 마시면 건강이 보인다. p218~219,224,
술은 약이다. p44~76,89~91,108~116,166,
헬스코리아 뉴스, 2011년 2월 24일, 주민우 기자, "'술과 심장'-이득과 폐해의 과녁을 뚫다"
Alcohol
http://www2.potsdam.edu/hansondj/AlcoholAndHealth.html
189) Bad Science. p123~124,
190) 대기오염 그 죽음의 그림자. p239~240, 데브라 데이비스 지음, 김승욱 옮김, 에코리브르 발행.
191) 항암제로 살해당하다(상식편). p81, 후나세 슌스케 지음, 김하경 옮김, 중앙생활사 2007년 발행.
Doctors Are The Third Leading Cause of Death in the US, Causing 225,000 Deaths Every Year
http://www.axisofgreed.org/?p=229
192) 술은 약이다. p34~37,74~76,
Alcohol, Pre-Diabetes and Diabetes Risk,
http://www2.potsdam.edu/hansondj/InTheNews/MedicalReports/Diabetes/Alcohol-Pre-Diabetes-and-Diabetes-Risk.html
193) World Health Organization, Media centre. 2, 2011, "Alchol"
http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs349/en/
술은 약이다. p361,
연합뉴스, 2010년 8월 19일, 김세영 기자, "주류 속 발암물질 관리 딜레마"
194) 술은 약이다. p333,360~361,
미국이 감추고 싶은 비밀 50가지. p148~157, 최성욱 지음, 미래를 소유한 사람들 발행.
22 Million Americans are Drug-Alcohol Dependent
http://usgovinfo.about.com/cs/healthmedical/a/drugabuse.htm
195) 대기오염, 그 죽음의 그림자. p259~304,
State of the Evidence: What is the Connection between Chemicals & Breast Cancer?
http://www.vaccinationnews.com/DailyNews/2003/July/24/StateOfThe24.htm
196) 식품정치. p144~155,532,584,
197) 괴짜생태학. p257, 브라이언 클레그 지음, 김승욱 옮김, 웅진지식하우스 발행.
198) 자연이 준 기적의 물 식초, p27~38, 칼 오레이 지음, 박선령 지음, 웅진윙스 발행.
199) 술은 약이다. p21~22,
200) 내 아이의 뇌를 공격하는 나쁜 식품들. p253~268, 303,
201) 술은 약이다. p241~243,
의학상식 오류사전. p204, 베르너 바르텐스 지음, 제여매 옮김, 민음in 발행.
Talk : Binge drinking
http://en.wikipedia.org/wiki/Talk:Binge_drinking
Binge drinking Britain: surge in women consuming harmful amounts of alcohol
http://www.guardian.co.uk/society/2009/may/06/binge-drinking-women
202) Detection Technology Aids Polyphenol Identification and Characterization
http://www.foodquality.com/details/article/817059/Policing_Polyphenols.html?tzcheck=1
203) 100년 동안의 거짓말. p213~215,
The New York Times, November 30, 1999, "MARK J. PLOTKIN; A Romance With a Rain Forest

and Its Elusive Miracles(page1~5)"
http://www.nytimes.com/1999/11/30/science/scientist-work-mark-j-plotkin-romance-with-rain-forest-its-elusive-miracles.html?src=pm
204) 웰컴 투 정크. p46,54~55,167~171, 마거릿 D. 로우먼 지음, 유인선 옮김, 갤리온 발행.
205) 통섭.p88,115. 에드워드 윌슨 지음, 최재천 등 옮김, 사이언스북스 발행.
거짓말을 파는 스페셜리스트. p70~71.
206) 생명공학, 판도라 상자의 열쇠인가?. p25, 찰스 콜슨 외 지음, 정서영 옮김, 홍성사 발행.
207) 괴짜생태학. p56, 브라이언 클레그 지음, 김승욱 옮김, 웅진지식하우스 발행.
208) 음식혁명, 존 로빈스 지음, 안의정 옮김, 시공사 발행.
209) THE SELFISH COMMERCIAL GENE
http://www.psrast.org/selfshgen.htm
210) 거짓말을 파는 스페셜리스트. p152,
진실을 배반한 과학자들. p218~224,
The Evolution of the "Scientific Misconduct" Issue: An Historical Overview
http://ebm.rsmjournals.com/content/224/4/211.full
211) 진실을 배반한 과학자들. p131~137,
212) 진실을 배반한 과학자들. p20~23,224,
213) 진실을 배반한 과학자들. p55~81, 윌리엄 브로드 외 지음, 김동광 옮김, 미래인 발행.
Fraud in Science
http://ischoollmpiadozo.wordpress.com/fraud-in-science/
Essay: Fraud in Scientific Research
http://www.barbarascyberplace.com/Essays/essay-fraud_in_scientific_res.html
214) 진실을 배반한 과학자들. p91~107,
경인일보, 2005년 12월 26일, "황교수와 스펙터의 사기연구"
My Favorite Fraud
http://classic.the-scientist.com/article/display/54959/
215) Bad Science. p361~410,
괴짜생태학. p31~32,
연합뉴스, 2010년 5월 25일, "영, 웨이크필드 의사자격 박탈"
The end of the autism/vaccine debate?
http://edition.cnn.com/2010/HEALTH/09/07/p.autism.vaccine.debate/index.html
216) 거짓말을 파는 스페셜리스트. p370,
New York Times, October 22, 2006, "An Unwelcome Discovery"
Eric Poehlman
http://en.wikipedia.org/wiki/Eric_Poehlman
217) 슈퍼마켓이 우리를 죽인다. p159~164,
218) 그들은 어떻게 권력이 되었는가. p203~204, 허현회 지음, 시대의창 발행.
219) 더러운 손의 의사들. p223~226, 제롬 캐시러 지음, 최보문 옮김, 양문출판사 발행.
220) 거짓말을 파는 스페셜리스트. p369~371,
거짓 나침반. p285~291, 306~310,
셀링사이언스. p52~55,
OTC 진통제 복용으로 흡연자 구강암 예방
http://medi-green.co.kr/zb41/zboard.php?id=notice&no=171
Ethical Problems in Academic Research
http://www.americanscientist.org/issues/issue.aspx?id=934&y=0&no&content=true&page=1&css=print
221) Measuring the social impact of research
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1121118/
What errors do peer reviewers detect, and does training improve their ability to detect them?
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2586872/
222) 진실을 배반한 과학자들. p115,
223) 거짓말을 파는 스페셜리스트. p155~158,
Guest Authorship and Ghostwriting in Publications Related to Rofecoxib
http://www.destinationsante.com/IMG/pdf/JAMA-Rofecoxib.pdf
Ghost Authorship in Industry-Initiated Randomised Trials
http://www.plosmedicine.org/article/info:doi/10.1371/journal.pmed.0040019
224) 당신의 의사도 모르는 11가지 약의 비밀.p136~137.

건강 백세 시대 내 몸 관리. p174~176,
The Korea Herald, 2010년 11월 1일, “[Bobbie Mullins] Hormone replacement therapy”
http://www.koreaherald.com/opinion/Detail.jsp?newsMLId=20101101000189